مجموعه

احیای طب جامع ایران

چاپ اول

پرسش های شما پاسخ های حکیم دکتر روازاده

جلد دوم



بسم الله الرحمن الرحیم



پاسخ های

حکیم دکتر روازاده

سرشناسه: روازاده، حسین، ۱۳۲۷
عنوان و پدیدآور: پرسش‌های شما پاسخ‌های حکیم دکتر روازد (جلد ۲)/ حسین روازده
مشخصات نشر: تهران، طلایی پویندگان دانشگاه، ۱۳۹۱
مشخصات ظاهری: ۱۶۰ص
فروست: فیپا
شابک: ۵-۸۴-۵۵۸۷-۶۰۰-۹۷۸
موضوع: پزشکی سنتی - - پرسش‌ها و پاسخ‌ها
رده بندی کنگره: R۱۳۵/ر۹پ۴ ۱۳۹۰
رده بندی دیویی: ۶۴۰
شماره کتابخانه ملی: ۲۱۳۲ ۹۵۱۷۱۳۲

عنوان کتاب .....پرسش‌های شما، پاسخ‌های حکیم دکتر روازاده ۲ (جلد ۲)
ناشر.......................................طلایی پویندگان دانشگاه
پدیدآورنده .... حسین روازاده
ویراستار علمی و ادبی..........................طلایی پویندگان دانشگاه
حروف نگاری و صفحه آرا ....طلایی پویندگان دانشگاه
طراحی گرافیک...................................طلایی پویندگان دانشگاه
چاپخانه – صحافی .... آرمانسا
نوبت چاپ ....هفتم ۱۳۹۱
شمارگان .... ۱۰۰۰ نسخه
قیمت ۲۵۰۰۰ریال
شابک ۵-۸۴-۵۵۸۷-۶۰۰-۹۷۸

تماس با دکتر روازاده:
آدرس: تهران، خیابان جمهوری اسلامی، بین چهار راه گلشن و پیروز، چهار راه برادران یاسری، پلاک ۱۳۲۹
تلفنخانه: ۶۶۹۲۰۱۲۸ نمابر: ۶۶۴۲۷۲۳۵
سامانه پیام کوتاه (پیامک): ۰۹۱۲۱۹۶۷۰۰۶
www. RAVAZADEH.com
www. RAVAZADEH.ir

پرسش های شما
پاسخ های حکیم دکتر روازاده

کتاب فهرست

پرسش‌های شما
حکیم دکتر روازاده
پاسخ‌ها

بیماری ها و تدابیر اطفال

نام بیماری:	دیستروفی	سن بیمار:	۳ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۶۵	وزن بیمار:	۱۵ kg

سؤال۱: با سلام، کودکم در موقع بلند شدن برای ایستادن مشکل دارد، با مراجعه به دکتر ارتوپد وانجام آزمایش تشخیص بیماری دیستروفی داده شد. گفتند احتمالا به فلج منجر شود لطفا کمک فرمایید.

پاسخ ۱:

☑ سردی‌ها را از او منع کنید.

☑ هر روز ۲ استکان شربت عسل به او بدهید.

☑ آبگوشت و حلیم جزو غذاهای اصلی و همیشگی او باشد.

☑ گوشت کبک و گنجشک را با نخود و ادویه‌جات بپزید به او بخورانید.

☑ به عنوان صبحانه به او ارده شیره بدهید.

☑ آب داخل نارگیل و همچنین پودر نارگیل با عسل بسیار کمک کننده است.

☑ در صورتی که ۶ ماه دستورات فوق را هر روز انجام دهید تغییرات چشمگیری در کودک ایجاد خواهد شد. انشاءا... .

نام بیماری:	آلرژی و اگزمای کودکان	سن بیمار:	۱ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۶۵	وزن بیمار:	۷ kg

سؤال ۲: من دختر بچه‌ای پنج ماهه دارم که دماغ و چشم خود را خیلی می‌مالد و شب‌ها رو به شکم می‌خوابد دکتر متخصص می‌گوید آلرژی دارد و باید داروی سیتیریزین مصرف کند به نظر شما این تشخیص درست است. این دارو را مصرف کند یا نه اگه نه جایگزین برای این دارو چیست چون نگران هستم که شاید این دارو برای بچه ضرر داشته باشد. (برای کمک درمان بگویم که خود بیماری اگزما دارم)

پاسخ ۲:

☑ درمان بیماری کودک شیرخوار براساس درمان مادر وی صورت می گیرد. با توجه به اینکه شما دچار اگزما هستید باید پاکسازی سودا برای شما انجام شود. از غذاهای سودازا (سوسیس، کالباس، کنسرو، نوشابه، پیتزا، سس، گوشت گاو، عدس، بادمجان، کلم، قارچ) بپرهیزید.

- ☑ ماءالجبن (روش تهیه ماءالجبن: یک لیتر شیر را حرارت دهید تا به جوش بیاید، ۳ قاشق سرکه به آن بزنید تا شیر ببرد و شعله را خاموش کنید یکساعت بعد صاف کنید و مایع حاصله را میل نمایید.) هر روز صبح ناشتا ۲ لیوان میل کنید.
- ☑ غذاهای آبکی مثل آش جو زیاد مصرف کنید.
- ☑ هر روز ۳-۲ لیوان دم کرده گل گاوزبان و افتیمون میل کنید (از هر کدام ۱ قاشق غذاخوری را دم کرده استفاده شود)
- ☑ شما باید فصد کنید و برای کودک هم حجامت انجام شود.
- ☑ روزی ۴-۳ قاشق عرق کاسنی هم به کودک بخورانید.
- ☑ روش خوابیدن کودک را هم اصلاح کنید و او را عادت بدهید که به شکم نخوابد چون بخارات غذا به سمت مغز و چشم حرکت کرده باعث تحریک چشم می‌شود.

نام بیماری:	تشنج	سن بیمار:	۳ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۹۵	وزن بیمار:	۱۶ kg

سؤال ۳: باسلام کودکی دارم نزدیک به سه سال حدود۲ سالگی تشنج ناشی از تب نمود، دکتر فنوباربیتال داد بعد ۶ ماه بردیم دکتر نوار مغزی گرفت گفت خوب شده وکم‌کم با دستور پزشک دارو را قطع کردیم اخیراً حدود ۲ هفته قبل یکباره تشنج نمود دکتر بردیم گفت چون لوزه‌هایش چرک کرده و بخاطرآن تب کرده و شما نفهمیدید، رنگ بدنش سیاه و رنگ صورتش پریده است. سریع عصبانی می‌شود. حالش خوب است هیچ مشکلی ندارد بحمدالله. چه توصیه درمانی می‌فرمایید برای اینکه تشنج نکند آیالازم است دوباره به دکتر مغز و اعصاب ببریم وآیا حجامت برایشان خوب است یا نه؟ اگر جواب را ایمیل فرمایید و در جواب تسریع فرماییدممنونم.

پاسخ ۳:

☑ غذاهای سرد مثل ماست و دوغ و ترشی به او ندهید.

☑ غذاهای فست فود و چیپس و پفک و کاکائو و... مصرف‌نکند.

☑ هر روز صبح ناشتا به او عسل بدهید.

☑ جوشانده استخدوس هرشب ۱ استکان با عسل میل کند.

☑ کشمش و مویز مرتب به او بدهید.

☑ حجامت هم حتماً انجام دهید.

نام بیماری:	دل درد	سن بیمار:	۴ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۱۰	وزن بیمار:	۱۷ kg

سؤال ۴: کودکی دارم ۴ سال و ۲۲ روزه. مدتی است که گاه می‌گوید دلم درد می‌کند و به دکترهای متخصص کودک مختلفی مراجعه کردیم و هر کدام طی آزمایشات مختلف خون، ادرار و مدفوع و ... داروهایی برای رفع عفونت دادند حتی داروی (فکر کنم) آزیترومایسین که آن را از نوع خارجی (آمریکایی) خریدم ولی باز هم پس از مدتی باز از دل درد شاکی است.

مدتی آن را بر شیطنت کودکانه قیاس کردیم ولی باز هم به جایی نرسیدیم تا این که طی دو روز گذشته دوباره شکایت از دل درد می‌کرد و تب نیز کرد به طوری که سر وی داغ داغ ولی دستان و انگشتانش معمولی، بازوان دست و ران پاهایش نیز داغ بود ولی ساق پا و ساعدش معمولی، از شربت تب بر ایبوپروفن نیز استفاده کردیم و دوباره آزمایش خون، ادرار و مدفوع داده که هنوزجواب آن را نداده‌اند ولی احتمال وجود عفونت را در ایشان دادند.

حال این عفونت در کجاست؟ چرا تا الان (با اینکه دوز دارویی را رعایت و دارو در زمان‌های معین نیز صرف شده) درمان نشده؟ کم‌خونی را نیز در ایشان تشخیص داده‌اند.

آقای دکتر از آن جا که به طب گیاهی و سنتی اعتقاد دارم ولی نمی‌دانم چه دارویی را و چگونه مصرف کنیم؟

پاسخ ۴:

- ☑ اطلاعات ارائه شده کافی نیست. باید بدانیم که رنگ زبان چگونه است سرخ یا زرد است یا بار سفید دارد. ترشح بزاق زیاد است یا دهان خشک است. اگر سرخی یا زردی در زبان مشاهده شود و عطش داشته باشد نشانه حرارت معده است و بایستی با مصرف سکنجبین و خیسانده آلو و تمرهندی درمان شود. اما اگر زبان بار سفید دارد و ترشح بزاق زیاد است و ناشی از افزایش بلغم است و بایستی با چیزهای گرم مثل عرق نعناع و آویشن و زیره درمان کنید.
- ☑ اگر یبوست دارد حتماً باید یبوست را درمان کنید. می‌توانید از ترنجبین یا شیرخشت یا مغز فلوس استفاده کنید. اگر مدت یبوست طولانی است از تنقیه جوشانده گل بنفشه و پنیرک و مغز فلوس با روغن بادام شیرین بهره ببرید.
- ☑ برای رفع تب از دم کرده بنفشه می‌توانید استفاده کنید.
- ☑ دقت کنید که چه جور غذاهایی باعث افزایش دل درد می‌شود غذاهای سرد (مثل ماست و دوغ، ماهی و باقلا و ...) و یا غذاهای گرم مثل (خرما و عسل و ...). بعد از تعیین این مسئله از غذاهای مضر بپرهیزید. مثلاً اگر با خوردن سردی بدتر می‌شود آویشن و پونه و نعناع به او بدهید و اگر از غذاهای گرم اذیت می‌شود به او خیسانده آلو و سکنجبین بدهید.

نام بیماری:	یبوست	سن بیمار:	۵ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۱۰	وزن بیمار:	۱۷ kg

سؤال ۵: باسلام من دختری دارم ۵ ساله که از ابتدای تولد دچار یبوست شده است به طوری که چند ماه اول تولد هفته‌ای یکبار به دستشویی می‌رفت ولی با این حال مشکلی نداشت ضمنا تا کنون از داروی خاصی استفاده نکرده است فقط گاهی جوشانده می‌خورد الان که این مطلب را می‌نویسم دخترم شش روز است که به دستشویی نرفته است و مشکل خاصی هم ندارد در ضمن بنده سه هفته است که رژیم غذایی‌ام را سالم کرده‌ام وخودم هم از زمان حاملگی دخترم دچار یبوست هستم.

پاسخ ۵:

☑ یک قاشق غذاخوری مغز فلوس را در یک استکان آب جوش حل کنید و صاف نمایید، سپس یک استکان گلاب و ۳ قاشق روغن بادام شیرین اضافه کنید و آن را هر روز به دخترتان بخورانید انشاءا... مشکل حل می‌شود.

☑ خودتان هم می‌توانید از این دستور استفاده کنید.

☑ همچنین مصرف میوه و سبزیجات و کاهو را بیشتر کنید.

☑ غذا را زیاد بجوید و این کار را با کودک خود نیز تمرین کنید و سعی کنید آب و نوشیدنی همراه غذا نخورید.

نام بیماری:	خارش صورت و جوش‌های ریـز ناگهـانی نـوزاد از دو ماهگی تا چهار ماهگی	سن بیمار:	۴ ماهه
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۷۶	وزن بیمار:	۷ kg

سؤال ۶: با سلام و خدا قوت فرزند دختـر ۴ ماهـه‌ای دارم که از ۲ ماهگی به صورت ناگهانی بعضی اوقات صورت خود را چنگ زده و دچار جوش و تورم و قرمزی در صورت خود می شود و تاکنون ادامه دارد لطفاً علت و راه‌هـای درمـان آن رابفرمایید.

پاسخ ۶:

☑ در درجه اول مادر شیرخوار باید غذای خود را اصـلاح کنـد. سوسیس، کالباس، پیتزا، سـس و نوشـابه و انـواع کنـسروها و انواع فست فودها را ترک کند. ماهی شـور و ادویـه جـات و خرما مصرف نکنند. تا مدتی نزدیکی نکنند.

☑ در ضمن مادر این مسهل را چند روز مصرف نمایـد: ۱ قاشـق مرباخوری پوست هلیله زرد و یک قاشق غذاخوری شـاهتره را جوشانده و صاف کنید و با کمی سکنجبین میل نمایید.

☑ گل سرخ و گل بنفـشه و گـل نیلـوفر و جـو پوسـت کنـده را جوشانده، صاف کنید و داخل لگن حمام بریزیـد و کـودک را داخل آن شستـشو دهیـد. ایـن کـار را روزی یکبـار انجـام دهید.

☑ برای حجامت طفل نیز حتماً اقدام کنید.

نام بیماری:	حساسیت به شیر، جانگزین شیر گاو برای مادر	سن بیمار:	۲۷ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۰	وزن بیمار:	۶۳ kg

سؤال ۷: سلام فرزند اول من از بدو تولد ریفلکس معده داشت، و مرتب بالا می‌آورد. بعد از مدتی متوجه شدیم که اگر مادرش شیر و مشتقات آن را نخورد مشکل نوزادمان حل می‌شود. اگر مادر شیرگاو، ماست، دوغ، کشک، بستنی، شیر گوسفند، شیر پاستوریزه، شیر بدون لاکتوز و ... مصرف بنماید بچه بد غذا می‌خورد و بعدش هم بالا می‌آورد. (تمام این مواد را آزمایش نموده‌ایم). البته مشکل فرزند اولمان از حدود ۷-۸ ماهگی رفع شد فرزند دوم ما ۲۰ روز پیش به دنیا آمده است و همان مشکل را دارد. به همین دلیل مادرش لبنیات مصرف نمی‌کند و بچه نیز خوب شیر می‌خورد و مشکلی ندارد) هر دو فرزند من دختر می‌باشند. چه مواد غذایی می‌تواند جایگزین شیر شود؟ تا هم میزان شیر مادر افزایش یابد و هم عوارض بعدی مانند پوکی استخوان نداشته باشد. با تشکر

پاسخ ۷:

- ☑ اگر بتوانید شیر گاوی که فقط علوفه می‌خورد و به علوفه‌اش کود اضافه نمی‌کنند مصرف کنید تا حد زیادی مسئله حل می‌شود.
- ☑ همچنین بایستی مادر شیرده از نظر وجود سوء مزاجات مختلف مورد بررسی و درمان قرار گیرد.
- ☑ در صورت وجود مشکلات معده مثل نفخ و یبوست بایستی درمان مناسب صورت گیرد.

- ☑ اگر ایشان ترشحات پشت حلق و سینوزیت هم دارند باید درمان شوند در مجموع باید بدانید که درمان کودک شیرخوار درمان مادر شیرده اوست.
- ☑ اما به عنوان جایگزین لبنیات برای مادر در صورتی که اقدامات فوق تاثیر نداشت می‌توانید از پسته و بادام و فندق استفاده کنید این مواد را پوست کنده و با آب داخل مخلوط کن بریزید (مثلاً به ازاء هر ۴ لیوان آب، ۶۰ عدد بادام پوست کنده تازه) و مایع حاصله را استفاده کنید.
- ☑ همچنین مصرف عرق رازیانه تولید شیر مادر را افزایش می‌دهد.

نام بیماری:	بی‌اشتهایی	سن بیمار:	۱ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۷۶cm	وزن بیمار:	۹ kg

سؤال ۸: سلام! دختر یک و نیم ساله‌ام دچار بی‌اشتهایی شدید است بطوری که وزن نمی‌گیرد و حتی وزن هم کم کرده. حجامت عام یک مرحله انجام شده و از شیرمادر گرفته شده و غذا نمی‌خورد با اینکه گرسنه می‌شود و غذا طلب می‌کند ولی وقتی می‌آوریم نمی‌خورد. به تازگی دکتر گفته‌اند که هفت روز یک چهارم فنجان آلیمو بعلاوه یک قاشق چایخوری نمک و مقداری آب گرم به او بخورانیم تا خلط مزاحمی که در سیستم گوارش او مانع اشتها شده دفع شود. ولی اصلاً نمی‌خورد و به زور به او داده‌ام ولی نمی‌بلعد و همه را بیرون می‌ریزد و فقط مقدار بسیار کمی از آن را می‌خورد. با او چه کنم؟

پاسخ ۸:

- ☑ در صورتی که مانع مهمی برای ادامه شیردهی وجود ندارد، شیردهی را تا پایان دو سالگی ادامه دهید.
- ☑ به هیچ عنوان با فشار و دعوا به او غذا ندهید.
- ☑ شیرخواران عاشق تنوع هستند پس چیدمان سفره وتنوع غذاها و رنگ و بوی غذا باید هر بار متفاوت با قبل باشد.
- ☑ در صورتی که کودک شما یبوست دارد باید یبوست از بین برود.
- ☑ کیک و بیسکویت و چیپس و پفک و.... در اختیار وی قرار ندهید.
- ☑ از شربت تمرهندی برای پاکسازی معده استفاده کنید. کمی تمرهندی را پس از پوست گرفتن در آب جوش یک ساعت بخیسانید سپس هسته و لیف‌های آن را جدا کرده بقیه را با کمی شکر سرخ بجوشانید تا به قوام شربت در بیاید. این شربت را هر روز کمی با آب مخلوط کرده یک تا دو استکان به کودک خود بدهید.
- ☑ پس از این پاکسازی می‌توانید از رب انار همراه با کمی نعناع خشک برای بهبود اشتهای وی استفاده کنید.

نام بیماری:	نق زدن و خواب آلوده بودن کودک و مشکل دفع	سن بیمار:	۶ ماهه
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۶۸Cm	وزن بیمار:	۷.۵ kg

سؤال ۹: پسر شش ماهه‌ای دارم که از بدو تولد به دلیل دل درد گریه‌های مداوم داشت ولی از سه ماهگی به بعد هم که دل‌دردش بهتر شد همچنان در طول روز گریه می‌کند و در اکثر ساعات کسل و خواب آلوده است خوابش هم در طول روز کم و سبک است و مدام در حال نق زدن است. از سه ماهگی تا الان هم هریک هفته تا ده روز یکبار دفع دارد و آن هم با گریه‌ی بسیار زیاد. به غذای کمکی هم علاقه ندارد و نمی‌خورد و شیر خودم را هم کم می‌خورد در کل اشتهایش کم است.
۱- برای بهتر خوابیدنش در روز و یا کسل و تق نقو نبودنش چه پیشنهادی دارید؟
۲- برای حل شدن مشکل دفعش چه کار کنم؟
۳- برای بهتر شدن اشتهایش و یا غذای کمکی چه تجویزی دارید؟

پاسخ ۹:

☑ عمده مشکل این بچه به دلیل یبوستش است که باید در قدم اول آن را درمان کنید. در صورتی که یبوست برطرف شود اشتهای بهتری پیدا می کند و آرام‌تر می‌شود.

☑ برای رفع یبوست بچه، دادن مقداری لعاب اسفند توصیه می‌شود، یعنی مقداری اسفند را داخل آب جوش می‌ریزید و بعد از چند دقیقه، آن را صاف می کنید و به بچه خیلی کم کم در حد چند قطره، چند بار می‌دهید تا یبوستش را برطرف کند.

- ☑ اگر با شیر مادر تغذیه می کند، مادر نیز حتماً نکات تغذیه سالم و تدابیر مربوطه را رعایت نماید چرا که در درمان هر شیرخوار اصل، درمان مادر شیرده وی است، لذا در صورتی که خودتان هم یبوست دارید خاکشیر با آب داغ و عسل میل کنید. در صورتی که آرامش عصبی ندارید، دم کرده گل گاوزبان میل کنید.
- ☑ برای شیرخوارتان یکی دیگر از بهترین ملین‌ها، استفاده از مغز فلوس است. یک قاشق مرباخوری مغزفلوس در یک استکان آب جوش حل کنید و صاف نمایید. یک قاشق روغن بادام شیرین و دو قاشق گلاب هم اضافه کنید و در طی روز به کودک بخورانید.
- ☑ همچنین می‌توانید از ترنجبین و شیرخشت (یک قاشق مرباخوری در یک استکان آب جوش) هم استفاده کنید.
- ☑ شکم کودک را هم با روغن کنجد یا زیتون یا کرچک چرب کنید و گرم نگهدارید.
- ☑ در صورتی که با این اقدامات مشکل برطرف نشود باید با تنقیه روده‌ها پاکسازی شود. به هیچ وجه هیچ گونه مسهل گیاهی (مثل سنا) و یا شیمیایی (مثل بیزاکودیل) حتی به صورت شیاف مصرف نکنید.
- ☑ به عنوان غذای کمکی حریره بادام را پیشنهاد می کنیم که غذای بسیار مفید و مقوی برای شیرخوار شماست.
- ☑ ضمناً حتماً برای بررسی روند رشد کودک یک پزشک او را معاینه کند.

نام بیماری:	زردی نوزادان	سن بیمار:	۴۰ روز
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۵۰Cm	وزن بیمار:	۳/۹ kg

سؤال ۱۰: با سلام. فرزندم در روز سوم تولد دچار زردی با درجه ۱۲ شد بطوری که او را در بیمارستان به مدت ۲۴ ساعت بستری کردیم و تا ۱۰/۵ و یک هفته بعد از آن تا ۹/۵ پائین آمد. ولی هنوز پس از گذشت ۴۰ روز از تولد او و با مصرف قطره بیلی ناستر (هر ۸ ساعت) هنوز بطور کامل زردی برطرف نشده است و دکترش می‌گوید ممکن است تا سه چهار ماه طول بکشد. در ضمن مادر نوزاد از عرقیات کاسنی، شاتره و اسفرزه و خنکی‌های دیگر استفاده نموده و از گرمی جات پرهیز کرده است. همچنین قبل از شروع بیلی ناستر به نوزاد چند روز ترنجبین خورانده شد که تاثیر کمی داشت. چه کنیم؟

پاسخ ۱۰:

☑ اولاً حجامت لاله گوش از عوارض مغزی که می‌تواند در اثر افزایش زردی اتفاق بیافتد جلوگیری می‌کند و در کنار حجامت باید اصلاح وضع تغذیه مادر و شیر وی صورت گیرد.

☑ به نوزاد هم باید ترنجبین و شیرخشت داده شود. یک قاشق مرباخوری ترنجبین در یک استکان آب جوش حل کرده و صاف کنید و در طول روز هر روز به نوزاد بدهید. شیر خشت هم به همین میزان داده شود.

☑ مادر نوزاد هر روز یک قاشق غذاخوری مغز فلوس را در آب جوش حل کرده و میل کند.

☑ ضمناً ۱۰۰ گرم گل بنفشه را در آب به مدت ۵ دقیقه بجوشانید و سپس داخل لگن بریزید و نوزاد را داخل آن قرار دهید. سر را با دست بالا نگه دارید و حدوداً هر روز یک ربع این کار را تکرار کنید تا زردی به کلی برطرف شود.

نام بیماری:	لوزه بزرگ	سن بیمار:	۶ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۰۵Cm	وزن بیمار:	۲۰ kg

سؤال ۱۱: سلام. دخترم دارای لوزه‌های بزرگی است برای درمان به دکتر مراجعه کردم و آنتی بیوتیک مصرف نمود ولی اثر نداشت امکان آمدن به مطب برایم مهیا نیست لطفاً راه درمان آن‌را بیان نمایید.

پاسخ ۱۱:

☑ آویشن و مرزنجوش تهیه کنید، از هر کدام یک قاشق غذاخوری در آب بریزید و بجوشانید و صاف کنید، سپس با کمی عسل مخلوط کنید و روزی ۳ استکان از این جوشانده را به کودک بدهید. در زمان میل کردن جوشانده از او بخواهید که قبل از بلعیدن کمی جوشانده را در گلو غرغره کند و بعد ببلعد.

☑ همچنین سه مرحله با فاصله ۲۰ روز برای کودک حجامت عام در ایام مناسب صورت گیرد. انشاء الله مشکل برطرف می‌شود.

نام بیماری:	دل درد	سن بیمار:	۴۰ روز
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۵۰Cm	وزن بیمار:	۳/۹ kg

سوال ۱۲: با وجود تمامی پرهیزهای غذایی و مراعات‌هایی که مادر نوزاد می‌کنند، نوزاد دچار دل‌درد و دل‌پیچه می‌شود. تا حدود ۲۱ روزگی هیچ دارویی به او ندادیم ولی در حال حاضر از گریپ میکسچر و اینفکل استفاده می کنیم که شاید تا ۵۰-۴۰ درصد موثر بوده است. چه کنیم؟!

پاسخ ۱۲:

☑ پس از شیردادن حتماً آروغ نوزاد را بگیرید. سر نوزاد را روی شانه خود قرار دهید و آرام آرام به پشت او بزنید تا باد گلو بزند.

☑ مادر هر روز یک لیوان جوشانده رازیانه و زیره همراه با نبات میل کنند.

☑ به نوزاد هم می‌تواند بجای داروهای مذکور عرق نعناع یا عرق زنیان گرم کرده که با کمی ترنجبین شیرین کرده‌اید بخورانید.

پرسش های شما

پاسخ های حکیم دکتر روازاده

بیماری‌های مغز، اعصاب و روان

نام بیماری:	ناخن جویدن و لب گزیدن	سن بیمار:	۳۳ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۸Cm	وزن بیمار:	۷۸ kg

سؤال ۱: این شخص بسیار مایل است که از خصلت‌های «جویدن ناخن، پوست اطراف ناخن‌ها و کندن لبها» رها شود در ضمن این کارها بیشتر در مواقعی که به فکر فرو می‌رود و یا در حال تماشای تلویزیون اتفاق می‌افتد. لطفاً راهنمایی فرمایید.

پاسخ ۱:

☑ این مسئله ناشی از اضطراب است. برای تسکین آن مخلوطی از عرق بهارنارنج و بیدمشک و گلاب بصورت شربت مرتب استفاده شود.

☑ دم کرده گل گاوزبان و سنبل‌الطیب هر شب یک لیوان میل شود.

نام بیماری:	بی‌حسی و کج شدن یک طرف صورت (لقوه)	**سن بیمار:**	۲۷ سال
جنسیت بیمار:	مرد	**وضعیت تأهل:**	مجرد
قد بیمار:	۱۸۰Cm	**وزن بیمار:**	۸۲ kg

سؤال ۲: با سلام. برادر خانمم دچار بیماری شده که دکترها آن را لقوه می‌نامند که مسبب آن را ویروسی می‌دانند که وارد عصب شده و کار عصب را مختل کرده است. در ماه رمضان سال گذشته و با داشتن روزه طی یک روز کار سخت (درو کردن شالی) و با گرمای زیاد هوا بعد از کار با آب سرد دوش حمام گرفت. صبح روز بعد احساس بی‌حسی یک طرف صورت داشت و در غروب همان روز طرف چپ صورت کاملاً کج شد و با کشیدگی صورت به طرف پایین و همچنین پلک سمت چپ بسته نمی شد حتی در موقع خواب مجبور به چسب زدن می بود . به پزشک مراجعه کرد که دکترها تجویز به ماساژ مکرر صورت داده‌اند که آن را هم انجام داده است و تعدای قرص به نامهای پردنیزولون ۵ ، آسکیلوویر۴۰۰ ، فاموتیدین ۴۰ ، ویتامین ب او رانیتیدین مصرف کرده تا اکنون و طبق دستور پزشک ۱ ماه هم به مدت ۳۰ جلسه فیزیوتراپی هم انجام داده‌اند اما تا کنون به طور کلی بهبودی نیافته است. به صورتی که همان طرف صورت لاغر شده چشم سمت چپ کو چک شده است اما این نکته را هم بگویم که به طور عادی قابل تشخیص نبوده اما در موقع صحبت کردن و یا خندیدن به طور کامل مشهود است و برای آخرین بار هم که به دکتر مراجعه کرده دکتر گفت دیگر قابل درمان نیست و باید عمل بشود و یک عصب را باید جایگزین اون عصب مرده کند تا بهبودی حاصل شود اما نه بصورت یقین و صددر صد. تا کنون عمل نکرده و تقاضا دارم اگه راه درمانی وجود داره به ماارائه بدهید. با تشکر

پاسخ ۲:

- ☑ **پاسخ:** قابل درمان است منتها براساس خلط عامل بیماری، باید پاکسازی صورت گیرد.
- ☑ در نوع بلغمی باید ابتدا گلنگبین مصرف شود و پس از مدتی که خلط از خامی درآمد و پخته شد، کپسول ایارج فیقرا مصرف شود و این کار بارها باید صورت بگیرد و بطور یک درمیان گلنگبین و ایارج مصرف شود.
- ☑ عاقرقرحا را آسیاب کرده در روغن بادام تلخ یا سیاهدانه بریزید و به صورت بمالید.
- ☑ اما اگر صورت لاغر شده است، لقوه خشک یا یابس است، که درمان آن متفاوت است. علامت آن این است که پوست پیشانی جانب بیمار سفت و کشیده شده به بالاست و چین پیشانی ناپدید می‌شود و در پوست سر یا گردن چین ایجاد می‌شود. آب دهان کاهش می‌یابد و بستن چشم دشوار می‌شود. سر درد دارند اما سایر حواس خوب کار می کند.
- ☑ درمان این نوع براساس رطوبت بخشی به بدن است. ماءالشعیر طبی، شیر و ماءالجبن مصرف شود. (روش تهیه ماءالشعیر طبی: جو پوست کنده را بپزید تا جو باز شود اما لعاب نیندازد. سپس آنرا صاف کرده میل کنید ضمناً روش کاملتر در سایت درج شده است. روزانه ۳-۲ لیوان از این ماءالشعیر میل کنید. می توانید مقدار زیادی درست کنید و در یخچال و دور از نور آفتاب تا ۵-۴ روز نگهداری و مصرف کنید. روش تهیه ماءالجبن: یک لیتر شیر را حرارت دهید تا به جوش بیاید، ۳ قاشق سرکه به آن بزنید تا شیر ببرد و شعله را خاموش کنید یکساعت بعد صاف کنید و مایع حاصله را میل نمایید.)

☑ آش و سوپ، پاچه بره و بزغاله، اسفناج، روغن بادام، ماهی رودخانه‌ای و ... مفید است.

☑ بنفشه، کاهو، جو پوست کنده، برگ ختمی، برگ بید، کدو و نیلوفر را جوشانده و آب آن‌را مرتب به صورت بیمار بمالید.

☑ بنفشه خشک و ختمی و آرد جو را با لعاب اسفرزه و روغن کدو مخلوط کرده بصورت ضماد در آورید و روی صورت قرار دهید.

نام بیماری:	تمرکز حواس	سن بیمار:	۳۸ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۸Cm	وزن بیمار:	۶۸ kg

سؤال ۳: با عرض سلام و خسته نباشید، آقای دکتر مدتی است که کنترل امور از دستم خارج شده برای مطالعه و کار و آموزش و تثبیت آموخته‌ها هیچ‌گونه تمرکزی ندارم و رفته‌رفته در کارهای عادی و روز مره هم دچار همین مشکل می‌شوم، مثلاً برای بهداشت فردی، مرتب کردن اتاق هیچ رمقی و تمرکزی ندارم، وقتی می‌خواهم کاری انجام دهم حالت گُر گرفتگی، تپش قلب گرفتگی عضلات، سردرد و نهایتاً خواب آلودگی دست می‌دهد، در حال حاضر دارویی هم مصرف نمی‌کنم، لطفاً راهنمایی فرمایید.

پاسخ ۳:

☑ علائمی که ذکر می کنید ناشی از افزایش سردی است. از مصرف غذاهای سرد مثل گوشت گاو و سوسیس و کالباس و ماست، دوغ و ترشی و خیار و پنیر پرهیز کنید.

☑ هر روز صبح یک لیوان عرق بهار نارنج شربت کرده میل کنید.
☑ پیش از ظهر یک لیوان عرق بیدمشک و گلاب میل کنید.
☑ هر شب یک لیوان دم کرده گل گاوزبان و بادرنجبویه میل کنید.
☑ در طول روز بجای آب، شربت عسل میل کنید.
☑ از افکار منفی بپرهیزید و هر روز خداوند را بخاطر نعمت‌های بی‌پایانش شکر کنید.
☑ هر روز ۴۰ عدد مویز نیز میل کنید.

نام بیماری:	کپسول فلوکسیتین	سن بیمار:	۳۶ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۸Cm	وزن بیمار:	۷۵ kg

سؤال ۴: با سلام مدت چند سال است که از این کپسول استفاده می‌کنم به دلیل بی‌حوصلگی زود عصبانی شدن و افسردگی. به نظر شما آن را ادامه بدهم یا پیشنهاد دیگری دارید با تشکر

پاسخ ۴:

☑ بجای آن از دم کرده گل گاوزبان، سنبل الطیب، استخدوس و بادرنجبویه و افتیمون (هر شب ۱ لیوان) استفاده کنید.
☑ همچنین هر روز صبح یک لیوان عرق بیدمشک یا بهارنارنج را شربت کرده، میل کنید.
☑ هر روز وقتی را اختصاص دهید تا نعمت‌هایی که خدا به شما داده است را یادآوری کنید و حمد خدا را بجای بیاورید. این کار شما را مثبت اندیش می کند و نقاط ضعف زندگی تحت الشعاع آن قرار می گیرد و بدبینی و منفی گرایی رخت برمی‌بندد و شاداب و سر حال می‌شوید.

نام بیماری:	ناتوانی جسمی	سن بیمار:	۱۲ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۵۰ kg

سؤال ۵: پسر یکی از همکاران، حدود ۲ سال قبل، بر اثر تصادف دچار ضربه و کوفتگی شدید مغزی شد و ۹ ماه در وضعیت کما بود. پس از هوشیاری، بتدریج شروع به بهبودی کرد و برخی از توانائیها مانند بلع، صحبت کردن (تا حدودی)، حرکت دست راست و گردن را بدست آورد ولی فاقد مابقی توانایی های حرکتی و حافظه کامل می باشد با اینحال از حس درد و حرکات غیر ارادی سایر اعضاء بدن برخوردار است و هوشیاریش تقریبا همانند انسان معمولی است.

داروهای مصرفی: سدیم والپرایت۵ میلی‌گرم (۳ بار در روز)

نظر پزشکان اینستکه وی دچار کوفتگی شدید مغزی گردیده است در حال حاضر هوشیاریش کامل است. برخی از پزشکان می‌گویند با توانبخشی تا حدود زیادی توانائی‌هایش را بدست خواهد آورد ولی سال‌ها طول خواهد کشید.

جواب آزمایشات پاراکلینیکی:آخرین عکس‌ها بیانگر ترمیم مغز و کاهش مایع جمع شده در مغز می‌باشد. نتایج آزمایشات، نرمال است.

خلاصه سوابق عمل جراحی: بدلیل ضربه، فک دچار شکستگی شدید از هر دو طرف شد که یکسال قبل، جراحی گردید.

در چه شرایط یا با مصرف چه چیزهایی یا در چه ساعات روز یا فصل سال، بیمار، بهتر یا بدتر می شود: بنظرم یکسان است.

مزاج بیمار: گرم (در مورد تر و خشک بودن آن نمی توانم نظری اعلام کنم).

پاسخ ۵:

☑ معمولاً پس از یک ضربه مغزی مواد به سمت مغز هجوم می‌آورند و برای بهبود بایستی این مواد از مغز پاکسازی شود و بعد از آن تقویت مغز صورت بگیرد. فعلاً به نسخه زیر عمل کنید تا بعداً بیمار ویزیت شود.

۱ـ مویز ۲۱ عدد صبح ناشتا (بدون هسته)

۲ـ شربت عسل روزی ۲ لیوان (عسل را با دو برابر آن آب حرارت دهید و کف آن را بگیرید تا ۱/۳ حجم آن کم شود و بعد آن را خنک کرده در موقع مصرف مثل سایر شربت‌ها با آب مخلوط و میل شود)

۳ـ جوشانده استخدوس (یک قاشق غذاخوری در ۲ لیوان آب تا یک لیوان باقی بماند و با عسل میل کنید)

۴ـ بادام روزی ۱۴ عدد.

۵ـ کندر هر روز نیم ساعت به اندازه یک نخود داخل دهان قرار داده و بجوند.

نام بیماری:	عطسه‌های شدید	سن بیمار:	۳۰ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۰Cm	وزن بیمار:	۶۵ kg

سؤال ۶: بنده حدود دو سال است که وقتی از جای گرم به سرد و یا برعکس میرم عطسه‌های شدید همراه با آبریزش بینی می‌کنم که صورت و مغز سرم به لرزه می‌افتند و تا حدود چند دقیقه درد می‌کند. دکتر رفتم قرص حساسیت داد ولی خوب نشدم. مزاج من با توجه به مباحث جناب دکتر گرم است. ضمناً یک ماه پیش حجامت حساسیت کردم ولی باز خوب نشدم. لطفاً راهنمایی نمایید.

پاسخ ۶:

☑ شما دچار ضعف مغز هستید و باید مغز خود را تقویت کنید.

☑ هر روز ۲۱ عدد بادام و ۴۰ عدد مویز بی‌دانه میل کنید.

☑ هر چند روز یکبار کله پاچه یا حلیم میل کنید و اگر می‌توانید از کلاه استفاده کنید تا دچار تغییر دمای ناگهانی سر نشوید که بسیار کمک کننده است.

نام بیماری:	عدم تمرکز حواس و ...	سن بیمار:	۱۷ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۵۵Cm	وزن بیمار:	۴۵ kg

سؤال ۷: از یکسال پیش این علائم در من وجود دارد:

۱- لرزش صدا و دست‌ها (موقع صحبت کردن)

۲- سیخ شدن موی بدن(درصورت لمس شدن توسط دیگران)

۳- فراموشی

۴- حواس پرتی (فکرم متمرکز نیست و در موقعیت‌های مختلف فکرم جای دیگری است)

۵- بی اشتهایی

۶- کم‌خوابی

۷- ترس و دلهره

۸- کم حوصلگی

۹- ضرب دیدگی سر بر اثر به زمین خوردن (سی تی اسکن انجام دادم، عکسم نرمال بود)

۱۰- سرگیجه وسیاهی رفتن چشم‌ها

(مادرم از ۱۵ سال پیش که من در سن دو سالگی دچار سوختگی شدید شدم دچار بیماری افسردگی شدید شده است) به پزشک مراجعه کردم واین داروها برایم تجویز شد: کلوپامین ۲۵، بوسپانکس ۵، سیروهپتادین و مولتی ویتامین که با مصرف یک بسته از آنها تاثیری مشاهده نکردم لطفاً مرا راهنمائی کنید متشکرم.

پاسخ ۷:

☑ دچار افزایش سودا در بدن شده‌اید. از غذاهای سودازا مثل ساندویچ و پیتزا و کنسرو نوشابه و ... گوشت گاو و عدس و بادمجان و کلم بپرهیزید.

☑ هر روز صبح یک لیوان‌شربت عرق بیدمشک‌و گلاب میل نمایید.

☑ هرشب دم کرده گل گاوزبان و سنبل الطیب و افتیمون میل کنید.

☑ انجیر و مویز هر روز میل کنید.

☑ از داروهای فوق می‌توانید به مادرتان هم بدهید که برای ایشان مفید است.

☑ در کنار این درمان‌ها حتماً برای کسب آرامش ارتباط خود را با خدای مهربان بیشتر کنید و تکیه‌گاه خود را در تمام امور خدای قادر بر هر کار و مهربان‌تر از مادر بدانید.

نام بیماری:	بسته‌شدن لوله مغز و تجمع آب در مغز و زانو	سن بیمار:	۴۶ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۷Cm	وزن بیمار:	۷۴ kg

سؤال ۸: باسلام و خسته نباشید. من یک آموزگارم حدوداً ۱۵سال پیش در اثر غش کردن متوالی دچار بسته شدن لوله مغز و تجمع آب در۳ لپ مغز هستم و بعضی مواقع مطالب را فراموش می‌کنم و دچار آب آوردن زانوها شده‌ام (طبق نظر دکتر) و الان داروهایی با نام گاباپنتین۱۰۰- ناپروکسن۲۵۰-تریامترن اچ‌-ام. دی استازولاماید مصرف می‌کنم امکان آمدن به شهر جهت مداوا را ندارم لطفاً ما را درخصوص این بیماری یاری نمایید.

پاسخ ۸:

☑ هر روز صبح ناشتا یک نخود کندر را نیم ساعت بجوید و بعد آن را ببلعید.

☑ هر روز ۴۰ عدد مویز بی‌دانه میل کنید.

☑ روزی سه لیوان هم جوشانده استخدوس میل کنید.

☑ هر شب سر را با روغن سیاهدانه چرب کنید.

☑ اگر بتوانید کندر را به اندازه یک نخود وسط هر غذا با آب گرم میل کنید بسیار کمک کننده است.

نام بیماری:	ضربه مغزی	سن بیمار:	۶۶ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۰Cm	وزن بیمار:	۷۰ kg

سؤال ۹: به علت واردشدن ضربه به طرف راست سر مغز خونریزی پیدا کرده و بعد از به هوش آمدن بیمار، چشم‌های اوضعیف شده است دکتر قطره میدراکسین ۵ درصد تجویز کرده‌اند.

ـ آیا راهی برای برگرداندن بینایی وجود دارد؟

ـ آیاحجامت سر می‌تواند کارساز باشد؟

ـ برای این‌گونه افراد چه توصیه‌ای دارید؟

پاسخ ۹:

☑ بله می‌توان کمک کرد. ای کاش در همان مراحل اولیه فصد صورت می گرفت.

☑ حالا بایستی موادی که در سر جمع شده است با داروهایی مثل صبرزرد به پایین بکشیم. برای آنکه از عوارض صبرزرد

جلوگیری کنیم و فعل آن‌را تقویت کنیم بهتر است حبی مرکب از مقل ارزق، پوست هلیله زرد و صبرزرد و عسل و کمی روغن بادام شیرین یا روغن گل سرخ تهیه شود. حب‌ها را به اندازه نخود تهیه کنید و از مقدار کم (روزی سه حب) شروع و به تدریج به روزی ۷ حب برسانید.

سؤال ۱۰: از سال‌های کودکی از بیماری روحی روانی رنج می‌برم که با وارد شدن افکار مزاحم و آزار دهنده به ذهنم مواجه هستم که با مراجعه به پزشکان اعصاب و روان از ۷ سال گذشته تحت درمان هستم ولی نتیجه نگرفته‌ام و به خاطر مصرف قرص‌ها دچار چربی کبد نیز شده‌ام داروهایی که توسط آنها تحت درمان بوده‌ام عبارت است از والپرات سدیم، ریسپریدون، سرترالین، نیترازپام، کلومیپرامین، سرترالین، تری هگزفین و قرصهای ضداضطراب که هم اکنون آنها را مصرف نمی‌کنم و تنها قرصی که مصرف میکنم فلووکسامین است. البته پزشکان تشخیص بیماری بنده را وسواس فکری گذاشته اند که خارج از حوصله بحث است که افکار متعدد و گوناگون خود را توضیح دهم که متغییر نیز می‌باشند و آزار دهنده (چیزی که بیشتر از همه هم اکنون مرا آزار می‌دهد. بی‌حالی و بی حوصلگی زیاد و حال نداشتن برای انجام کارهای روزمره است.مثل درس خواندن کار کردن و غیره می‌باشد.

پاسخ ۱۰:

☑ شما دچار افزایش سودا شده‌اید. لازم است پاکسازی کامل صورت بگیرد. انجام فصد به شما بسیار کمک می کند.

☑ هر روز صبح ناشتا یک قاشق غذاخوری خاکشیر را در آب جوش حل کرده و کمی عسل هم اضافه کنید و میل کنید.

☑ هر شب دم کرده گل گاوزبان و سنبل‌الطیب و بادرنجبویه میل کنید.

☑ قبل از ناهار و شام هم یک لیوان عرق کاسنی شاهتره میل کنید.

نام بیماری:	وسواس، کم حوصله، کم اشتها، لاغر، بی‌میل جنسی، اعتماد به نفس پایین، درد مفاصل کمر	سن بیمار:	۳۴ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۳Cm	وزن بیمار:	۵۲ kg

سؤال ۱۱: در زمینه آب‌کشی نجاسات و طهارت بیش ازحد مشکل دارم وحس می‌کنم پاک نمی‌شود.
بخاطر خونریزی و بیماری زنانه یک سال پروژسترون و استروژن مصرف کردم از دوسال قبل اضطراب زیادی دارم حتی در مواقعی که یک مشکل کوچک دارم.
رنگ چشم فندوقی، موهام مشکی صاف،پوست گندمی دارم.
میل جنسی بسیارکمی دارم و با همسرم در این زمینه فاصله زیادی دارم.
درد در انگشتان دست پاها و کمر دارم. عفونت دائمی لوزه‌ها و سینوزیت دارم.هموروئید عمل نموده‌ام.

پاسخ ۱۱:

☑ مشکل شما را ناشی از افزایش سودا می‌دانیم. افزایش سودا انسان را حساس می کند و جزء نگر. انسان کوچکترین چیزها را بزرگ می کند. بدخواب می‌شود و خواب‌های آشفته می‌بیند، مرتباً وسواس فکری دارد.

☑ هموروئید شما هم به جهت افزایش سودا در خون شما است.

☑ کاهش میل جنسی نیز به علت همین درگیری‌های فکری زیاد است.

☑ برای درمان بایستی پاکسازی سودا صورت بگیرد. اگر این کار درست و اصولی صورت بگیرد هم وسواس شما و هم هموروئید و درد مفاصل شما و هم اضطراب و ... برطرف می‌شود.

☑ فعلاً غذاهای سودازا مثل سوسیس، کالباس، کنسرو، نوشابه، پیتزا، سس، گوشت گاو، عدس، بادمجان و کلم مصرف نکنید.

☑ داروهای زداینده سودا مثل استخدوس، افتیمون و گل گاوزبان و ... و عرق بهار نارنج و بیدمشک و ... کمک‌کننده است اما برای درمان کامل نیاز است که تحت نظر یک پزشک طب سنتی درمان را دقیق انجام دهید.

نام بیماری:	ام اس	سن بیمار:	۲۹ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۷۳Cm	وزن بیمار:	۸۱ kg

سؤال ۱۲: حدود ۱۰ ماه قبل بدنبال بروز ناراحتی در قسمت پاها و مراجعه به دکتر تشخیص MS داده شد. البته از حدود ۲ سال قبل از وجود جرقه‌هایی درچشم و احساس سردی شدید در دستها و بخصوص در پاها شکایت داشتند. همچنین در طی این ۲ سال به فاصله‌ی هر ۱ سال دچار حالت غش گردیدند که پس از مراجعه به دکتر و تجویز قرض والپرات سدیم بیماری کنترل گردید همچنین برای درمان ناراحتی پا از کپسول گاباپنتین استفاده نمودند.در حال حاضر هیچ گونه ناراحتی ندارند و فقط از آمپول آوانکس استفاده مینمایند.از آقای دکتر ضمن قدر دانی تقاضا میکنم در مورد مراقبت های غذائی و داروهایی که در این رابطه در طب سنتی وجود دارد و همچنین چگونگی و لزوم مراجعه به مطب مرا راهنمایی نمایند.

پاسخ ۱۲:

☑ بیماری MS و همچنین تشنج‌های ایشان ناشی از تجمع مواد سرد (بلغمی یا احتمالاً سودا) در مغز است. لذا، با پاکسازی این مواد بیماری قابل درمان است.

☑ توصیه بسیار مهم پرهیز جدی از غذاهای سرد مثل ماست و دوغ و ترشی و ماهی و خیار و کاهو و گوجه و ... است.

- ☑ هرچیز ترش برای مغز و اعصاب مضر است.
- ☑ مصرف غذاهای گرم مثل انجیر و خرما و زیتون و کشمش و مویز و همچنین مصرف ادویه‌جات مثل زعفران، زردچوبه، فلفل و دارچین، زیره و زنجبیل بسیار مفید است.
- ☑ جویدن کندر هر روز به اندازه یک نخود و به مدت نیم ساعت ناشتا مفید است.
- ☑ خوردن روزانه ۲۱ عدد مویز بسیار کمک کننده است.
- ☑ هر شب جوشانده استخدوس و عسل میل کنید.
- ☑ با ادامه درمان می‌توانید به تدریج علاوه بر بهبود علائم، داروهای شیمیایی را به تدریج کم و قطع نمایید. اما به هیچ وجه این کار را سرخود انجام ندهید.

نام بیماری:	رفع مشکل مانیک - دپرسیو	سن بیمار:	۲۰ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۵۰ kg

سؤال ۱۳: دانشجویی هستم به مدت ۸ ماه است که دچار مشکلات روانی افسردگی و شادی که با تجویز داروهای شیمیایی روانپزشک علائم کاهش پیدا کرده است و من نمی‌خواهم تا اخر عمر داروهای شیمیایی مصرف کنم (به دلیل عوارض آن) لطفا از روش طب سنتی و اسلامی من را راهنمایی کنید. با تشکر

پاسخ ۱۳:

☑ خواهر گرامی شما نیاز به تغییر نگرش نسبت به زندگی و دنیا و مسائل پیرامونی دارید. بایستی منشأ این افسردگی و مانیا و عوامل شروع کننده و دامن‌زننده به آن شناسایی و رفع شود.

☑ همچنین این بیماری غالباً از افزایش سودا در بدن ایجاد می‌شود و درمان آن پاکسازی سودا از بدن است که کاملاً قابل درمان است.

☑ عرق بهار نارنج و عرق بیدمشک و گلاب هر روز شربت کنید و میل نمایید.

☑ از مصرف مواد غذایی سودازا (سرد و خشک) و بلغم زا (سرد و تر) پرهیز کنید.

☑ غذاها و ادویه گرم زیاد استفاده کنید.

☑ شبها نیز ترکیب مساوی از گل گاوزبان، استخدوس، افتیمون و بادرنجبویه را دم کرده و یک لیوان میل نمایید.

☑ برای درمان کامل باید نزد پزشک متخصص طب سنتی مراجعه نمایید.

نام بیماری:	بیماری روانی ترس از اشیاء	سن بیمار:	۲۴ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۸۶Cm	وزن بیمار:	۸۳ kg

سؤال ۱۴: سلام بنده از ۶ سالگی در یک شب دچار بیماری روانی شدم که در آن از وسائلی که سرتیز دارند یا لبه ۹۰ درجه دارند و یا کاغذ احساس ترس می‌کنم و باید یک پارچه را روی پیشانی‌ام نگه دارم یا یک چفیه را روی پیشانی‌ام بگیرم تا بر این فشار وارده در بالای پلکم غلبه کنم، چون به هنگام مواجه شدن با این اشیا یا خواندن کتاب، در بالای چشمم احساس درد می‌کنم البته یک درد عصبی، پس در اکثر مواقع باید دستم را روی پیشانی‌ام قرار بدهم، بنده خوب‌می‌دانم که این اشیاء ترس ندارند امّا از ابتدای مریضی همواره احساس می‌کردم این اشیا می‌خواهند به داخل چشمم بیایند و با کاسه چشم اصابت کنند آیا شما می‌توانید تشخیص بدهید علت چیست؟
بنده می‌دانم تا به حال با اینگونه مریضی‌ها برخورد نداشته‌اید ... بنده را راهنمایی کنید

پاسخ ۱۴:

☑ حالتی که شما دچار آن هستید یک جور وسواس فکری است که نوعی ترس غیر واقعی در ذهن شما ایجاد می کند و شما را دچار اضطراب می کند.

☑ اتفاقاً مشکل شما چیز عجیبی نیست و نباید فکر کنید که کسی مشکل شما را ندارد و یک مشکلی دارید که نادر است. مشکل شما کاملاً معلوم و رفع آن کاملاً ممکن است

و با دفع ماده سودای مغز و پاکسازی آن مشکل حل می‌شود. لکن درمان شما کمی زمان‌بر و طولانی است.

☑ فعلاً هر شب دم کرده گل گاوزبان، سنبل الطیب، استخدوس، بادرنجبویه و افتیمون با کمی لیمو عمانی و نبات میل کنید.

☑ برای ادامه درمان نیاز به فصد و احتمالاً زالو درمانی و سایر داروهای تکمیلی وجود دارد. از مواد غذایی سرد و خشک (سودازا) پرهیز کنید و از غذاهای گرم و تر بیشتر استفاده کنید.

بیماری های مفاصل و استخوان

نام بیماری:	درد شدید دست چپ و گردن	سن بیمار:	۲۱ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۲Cm	وزن بیمار:	۵۴ kg

سؤال ۱: من ۴ ماه است که دست چپ و گردنم به شدت درد دارد. درد اول با بی‌حس شدن و گزگز شدن هنگام زیر آب گرفتن شروع و کم‌کم درد شدید گردن و دست. دکترها علت را فاصله افتادن بین مهره‌های گردن (البته بدون عکس یا ...) یا فشار آمدن به عصب دست تشخیص دادند. ۱۰ جلسه فیزیوتراپی رفتم کمی بهتر شد اما بعد چند هفته باز درد شروع شد. به فردی که با طب سنتی آشنایی داشت، مراجعه کردم گفتند کبدم گرم و استخوان‌هایم سرد شده. یک رژیم ۱۵ روزه برای سرد شدن کبد گرفتم و بعد از آن ۳۰ نوع غذا برایم منع شد و باید گرمی بخورم. با اینکه رعایت می کنم بهبودی ندیدم و دردم شدید تر شده.در ضمن مزاجم راسودا تشخیص دادند. الان ناخن‌هایم پوسته پوسته شده. خواهشمندم مرا راهنمایی کنید و اگر احتیاج است به مطب مراجعه کنم.

پاسخ ۱:

☑ ۱۰۰ گرم اسفند را در یک لیتر روغن زیتون به آرامی ۲۰ دقیقه حرارت دهید. بعد صاف کنید و اسفند را هر شب به اندازه یک قاشق غذاخوری با آب گرم هر شب میل کنید و روغن زیتون را به گردن و دست بمالید.

☑ بعد از ۲ هفته که اسفند را میل کردید، ۲ قاشق برگ سنا و ۲ قاشق گل سرخ را جوشانده میل کنید تا اسهال ایجاد شود. این کار را فقط یک بار انجام دهید.

☑ لبنیات سالم را هم به اندازه کافی مصرف نمایید.

☑ برای انجام فصد روی دستتان به مطب مراجعه نمایید.

نام بیماری:	ضربه خوردن آرنج	سن بیمار:	۲۶ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۸۵Cm	وزن بیمار:	۸۴ kg

سؤال ۲: با سلام خدمت آقای دکتر مادر بنده بعد از پیاده‌روی نسبتاً طولانی دچار کمر درد شدید از کمر تا زیر زانوها می‌شود. در مراجعه به دکتر تشخیص دیسک کمر بوده و گفته‌اند بایستی عمل جراحی صورت گیرد. موقع درد از قرص مسکن قوی استفاده می‌کند که تا چند روزی درد ساکت می‌شود. خواهشمند است راهنمایی فرمائید.

پاسخ ۲:

☑ نیاز به جراحی معمولاً نیست.

☑ این دردها معمولاً به دنبال ریزش مواد زائدی به رباط‌های اطراف فقرات است که با پاکسازی آن مشکل حل می شود. فعلاً برای تسکین درد این اقدامات را انجام دهید.

☑ اسفند یک قاشق مرباخوری هر شب با آب گرم میل کنید (قبل از میل کردن اسفند آنرا پاک کرده و بشویید) (تا ۲ هفته) شربت سکنجبین روزی یک لیوان میل کنید. همچنین نصف استکان روغن زیتون در ۲ لیوان آب گرم ریخته و میل کنید. روغن بادام تلخ به کمر بمالید. در صورت عدم بهبود باید ویزیت شوید.

نام بیماری:	ضربه خوردن آرنج	سن بیمار:	۲۶ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۸۵Cm	وزن بیمار:	۸۷ kg

سؤال ۳: بیش از ۷ ماه پیش در طی بازی فوتسال هر دو آرنجم (به خاطر دروازه‌بانی) به شدت با زمین برخورد کرد و صدمه دید. در آرنجم تکه‌هایی جدا شده که به راحتی قابل لمس می‌باشد. یک پزشک گفت این‌ها تاندون است. به طور عادی درد نمی‌کند ولی اگر به جایی تماس پیدا کند درد می‌گیرد.
آیا راهی برای بهبود آن وجود دارد و من می‌توانم ورزشم را ادامه بدهم؟

پاسخ ۳:

☑ باید معاینه شود و عکس‌های گرفته شده نیز دیده شود. در صورتی که ضایعه استخوانی به وجود نیامده است، بایستی با پاکسازی عامل بیماری‌زا از آرنج‌ها، سلامت را به آن برگردانیم.

☑ باید معاینه و نوع ماده بیماری زا که معمولاً بلغم یا سودا همراه با کمی صفراست شناسایی شود، سپس با خوردن داروها و احیاناً خون‌گیری به روش فصد و یا زالو درمانی مشکل حل می‌شود.

نام بیماری:	عمل مینیسک و رباط	سن بیمار:	۲۳ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۵Cm	وزن بیمار:	۶۴ kg

سؤال ۴: درطی بازی‌های ورزشی حدود۵ سال پیش (دچار پارگی مینیسک و رباط شدم) مجبور به عمل جراحی شدم، و الان پای راستم درد می‌کند و نمی‌توانم کارهای سنگین یا سرپایی را تحمل کنم. دکتر خودم میگه ازاین بهتر نمیشه. آیا این مشکل من علاجی دارد در طب سنتی یا نه؟ ممنون از الطاف شما. خدا پشت و پناهتان.

پاسخ ۴:

☑ مشکل شما در طب سنتی قابل درمان است، حتی اگر جراحی نمی کردید شاید بهتر بود.

☑ زانوی شما بایستی مورد بررسی قرار گیرد تا افزایش خلط موجود (صفرا، دم، سودا و بلغم) در زانو تعیین و پس از آن با داروی مخصوص هر خلط اضافی پاکسازی شود.

☑ فعلاً با روغن بادام شیرین روزی ۲ بار زانوی خود را چرب کنید.

نام بیماری:	رماتیسم	سن بیمار:	۳۷ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۲Cm	وزن بیمار:	۴۵ kg

سؤال ۵: اینجانب حدود ۶ سال پیش درخصوص تغذیه از سخنرانی‌های جناب آقای دکتر روازاده استفاده کردم و هر چیز ممنوعه‌ای را به اتفاق خانواده ترک کردیم و تمام ظروف منزل را به مس تغییر دادیم و از نعل اسب هم استفاده می‌کنیم و الحمدلله در این چند سال هر چی قرص و داروهای دیگر در منزل داشتیم بیرون ریختیم و شکر خدا تا چند وقت پیش به دکتر هم نیاز نشد. اما حدود یکماه پیش اینجانب سرما خوردم که ۳ روز بعد از بهبودی به درد زانو راست دچار شدم که ابتدا درد از سمت راست زانو شروع شد و به سمت چپ زانو آمد و همانجا ورم کرد به طوری که پایم را باز و بسته نمی‌توانستم بکنم و به مدت ۳ روز درد از زانو به مچ پا و بعد به کف پا و بعد از آن به کتف چپ و آرنج دست راست و زانوی پای چپ گردش میکرد و دهانم خشک می شد و کم اشتها شده بودم و علائم دیگری نداشتم و از چای زنجبیل استفاده کردم و دردهایم خفیف تر شده بود که بعد از ۴ روز درد به کف هر دو پایم (استخوان‌های نزدیک انگشتان) رسید و کمر درد خفیفی هم داشتم و بعضی وقت‌ها که درد زیادی داشتم از کپسول فارماپین استفاده می‌کردم. بعد از مراجعه به دکتر متخصص، آزمایش نوشت که نتیجه رماتیسم بود . دو نوع قرص بنام‌های هیدروکسی کلروکین سولفات و پردنیزولون ۵ برایم تجویز کرد که به مدت یک هفته استفاده کردم (البته الان ۱۰ روز می‌باشد که دیگر نمی‌خورم) و دکتر آزمایش دوم را برایم نوشت که مشخص گردد رماتیسم ازچه نوع می‌باشد. الحمدلله الان دردهایم خیلی کم شده و در پشت زانوی راست و روی پا نزدیک قاپک و شانه چپ و انگشت شصت دست راست که انگشتم صبح از خواب بلند می‌شوم درد می‌گیرد و تا شب آرام می‌شود.

از خوراکی‌های گرم استفاده میکنم و همچنین نمک طبیعی - زیتون - بادام - روغن زیتون هر روز یک قاشق می‌خورم و .... در ضمن در این چند سال روغن جامد و مایع و چای استفاده نکردیم و ماست هم گهگاهی آنهم خانگی می‌خوردیم همچنین وزن قبلی من ۵۲ کیلو بوده است که با حذف ناهار در روز وزنم کم شده است . در پایان خواهشمندم با توجه به اینکه پاییز و زمستان را در پیش داریم و تا حدی استخوان‌های بدنم به سرما حساس شده است نظر خود را بفرمائید.

پاسخ ۵:

- ☑ دردهای مفصلی می‌تواند ناشی از افزایش دم، صفرا، سودا و یا بلغم باشد. گاهی هم مخلوط دو یا چند خلط می‌تواند عامل درد باشد در صورتی که ورم مفصل گرم نیست و رنگ آن به سرخی یا زردی نمی‌زند و درد در سرما افزایش می‌یابد مشکل از افزایش سودا یا بلغم است و یا مخلوطی از هر دو.
- ☑ سعی کنید پردنیزولون و کلروکین استفاده نکنید که عوارض بسیار بدی برای شما به بار می‌آورد پس از مدتی به شدت چاق می‌شوید و پوکی استخوان می گیرید و در اثر استفاده از کلروکین به چشم‌های شما آسیب جدی وارد می‌شود.
- ☑ با مراجعه به یک طبیب سنتی می‌توانید منضج و مسهل مربوطه را پس از تشخیص استفاده کنید و پس از پاکسازی بدن (که البته ممکن است مدتی طول بکشد) انشاء الله مشکل شما بصورت ریشه ای برطرف خواهد شد.

نام بیماری:	درد گردن و پشت	**سن بیمار:**	۲۴ سال
جنسیت بیمار:	مرد	**وضعیت تأهل:**	مجرد
قد بیمار:	۱۷۹Cm	**وزن بیمار:**	۵۳ kg

سؤال ۶: ۸ سال است درد شدید گردن و پشت دارم تابستان‌ها درد و خشکی پشت و گردن بیشتر می‌شود و از گرمی هوا سستی- درد و سستی مفاصل - خمیدگی پشت و سستی ستون فقرات (گاهی با تکیه به دست‌ها درد گردن کمی بهتر می‌شود) تابستان به علت سستی ستون فقرات خیلی سخت از خواب بلند می‌شوم و در وقت بلند شدن چشمهام سیاهی می‌رود و همچنین تا سحر خوابم نمی‌برد و خارش و گزش بدن شب‌ها بیشتر می‌شود (حالتی مثل اینکه مورچه در بدن راه می‌رود و می‌گزد)؟

آیا مشکل خشکی مهره‌های پشت است؟مشکلات دیگر: اسکولیوز- رماتیسم- باد کردن روده‌ها - ترشحات پشت حلق- خشکی گلو و بینی و درد و یخ کردن گوش در زمستان.گرم مزاج نیز هستم.

پاسخ ۶:

☑ مشکل اصلی شما رطوبت خیلی کم و حرارت بالاست در این شرایط صفرا سوخته و تبدیل به سودا می‌شود.

☑ از غذاهای رطوبت بخش مثل آش جو، شیر محلی، کاهو و میوه‌های تازه تابستانی استفاده کنید.

☑ همچنین کاهش حرارت کبد با مصرف عرق کاسنی و شاطره و تاجریزی داشته باشید.

☑ ضمناً پاکسازی سودا از طریق منضج و مسهل و فصد در زمان‌های مناسب نیز نافع است.

☑ اقدام بعدی استفاده از حمام و استخر کوتاه مدت برای استفاده از رطوبت آن است.

☑ استراحت کافی و پرهیز از بی‌خوابی و فعالیت سنگین در هوای گرم ضروری است.

☑ ستون فقرات را روزی چندبار با روغن بادام شیرین چرب کنید.

نام بیماری:	برآمدگی غده‌ای شکل ، پشت دست راست	سن بیمار:	۲۸ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۳Cm	وزن بیمار:	۶۳ kg

سؤال ۷: پشت دست راستم نزدیک به مچ یک غده‌ای به وجود آمده که زمان انجام کارهایی که احتیاج به فشار بیشتری توسط مچ دارد غده بزرگ‌تر به نظر می‌رسد برای درمان چه باید کرد و علت آن چیست؟

پاسخ ۷:

☑ مابین مفاصل، بالشتک‌هایی قرار دارد که مانع ساییدن استخوان‌ها به هم می‌شود. این بالشتک‌ها حاوی مایعی است که از نظر طب سنتی از جنس بلغم است. گاهی در اثر ضربه یا فشار کاری و یا افزایش بلغم این بالشتک از جای خود حرکت می کند و یا بزرگ‌تر می‌شود و درنتیجه در ناحیه مچ ناحیه غده مانند ایجاد می‌شود که در ابتدا نرم است اما به تدریج سفت‌تر می‌شود.

☑ درمان در طب جدید تخلیه و تزریق کورتون و یا جراحی است که هیچ کدام را توصیه نمی کنیم. بلکه پاکسازی بلغم و استفاده از داروهای تحلیل برنده موضعی می‌تواند به راحتی مشکل را برطرف کند.

☑ در برخی موارد ممکن است نیاز به استفاده از زالو هم وجود داشته باشد.

نام بیماری:	زانو درد	سن بیمار:	۱۹ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۷Cm	وزن بیمار:	۵۰ kg

سؤال ۸: حدود ۸ ماه است سمت راست زانوی چپم درد می‌کند بخصوص هنگام نشستن. از روغن گرم وداروی کد۱۲۳ مادرم و پیروکسیکام استفاده کردم اما هیچ تأثیری نداشت گاهی درد شدیدی در یک نقطه (سمت راست کمی بالای زانو) احساس می‌کنم و در آن نقطه احساس برجستگی در زیر پوستم می‌کنم هیچ گونه عکس یا ام ار ای انجام ندادم به پزشک هم مراجعه نکردم لطفا دلیل و راه درمان را بیان کنید. با تشکر.

پاسخ ۸:

☑ درد مفاصل مانند هر درد دیگری می تواند ازهر یک از اخلاط چهارگانه (خون، صفرا، سودا و بلغم) و یا مخلوطی از اینها ایجاد می‌شود. براساس این که درد شما به کدام یک از علل فوق باشد باید پاکسازی عامل بیماری‌زا صورت بگیرد. صرفاً مالیدن روغن که برای یک بیمار مفید تشخیص داده شده است نمی‌تواند برای شما کمک کننده باشد.

☑ اگـر علائـم گرمـی و قرمـزی و حـرارت در زانـو نداریـد، می‌توانید از روغن گرم استفاده کنید اما بـه هـیچ وجـه کـافی نیست. پاکسازی عامل بیماری‌زا اصـل درمـان اسـت. گـاهی اسـتفاده از روغـن‌هـای موضـعی مـی‌توانـد بخـشی از مـاده بیمـاری‌زا را کـه رقیـق‌تـر اسـت دفـع کنـد و درد مختـصری کاهش یابد اما بخش غلیظ‌تر ماده بیماری‌زا بـاقی مـی‌مانـد و سفت و سخت می‌شود که درمان آن مشکل‌تر خواهد بود.

نام بیماری:	پسوریازیس و آرتریت	**سن بیمار:**	۲۶ سال
جنسیت بیمار:	زن	**وضعیت تأهل:**	مجرد
قد بیمار:	۱۷۰Cm	**وزن بیمار:**	۶۴ kg

سؤال ۹: باعرض سلام وخسته نباشید خـدمت جنـاب آقـای دکتـر روازاده ۱۵ سـال اسـت دچـار بیمـاری پسوریازیس هستم واز ۵ سال پـیش مفاصـلم دچـار آرتریت شده به طوری که همیشه احساس خـستگی و خشکی مفاصل دارم و بـه سـختی کارهـایم را انجـام می‌دهم. داروهای مختلفی مصرف کـرده‌ام؛ از خـوردن داروهای شیمیایی خسته شدم و یک سال اسـت کـه داروهای شیمیایی را قطع کرده‌ام ولی هرروز صبح یک عدد قرص کورتن ۵ میلی مصرف می‌کـنم چـون اگـه نخورم زانوهام درد می‌گیرند وبه سختی حرکت می‌کننـد. نزد دو تا دکتری که داروی گیاهی تجـویز مـی‌کردنـد رفتم ولـی تـاثیری نداشـت. الان تمـام بـدنم دچـار پسوریازیس شده خواهشمندم اگه درمانی داریـد مـرا راهنمایی فرمایید. با تشکر از زحمات شما

پاسخ ۹:

☑ بیماری پسوریازیس ناشی از افزایش سودا در خون است. راه درمان دشوار نیست اما گاهی طولانی است.

☑ باید از کلیه غذاهای کارخانه‌ای و صنعتی پرهیز نمایید. منع سودازاها را رعایت کنید.

☑ یکی از داروهای بسیار مفید برای شما آب پنیر است.

☑ روش تهیه: ۲ لیوان شیر را بجوشانید و در حال جوش یک قاشق سرکه خانگی به آن بزنید تا شیر ببرد. شعله را خاموش کنید ویک ساعت بعد آن را صاف کنید و مایع حاصله را آب پنیر می گویند. هر روز صبح ناشتا این آب پنیر را میل کنید. این‌درمان را ممکن است‌لازم باشد تا ۶ ماه مصرف کنید.

☑ همچنین خاکشیر در عرق کاسنی و شاطره ریخته، قبل از ناهار و شام میل کنید.

☑ جهت انجام فصد و داروهای تکمیلی نزد پزشک متخصص طب سنتی مراجعه کنید.

نام بیماری:	سیاتیک	سن بیمار:	۶۳ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۲Cm	وزن بیمار:	۶۴ kg

سؤال ۱۰: حدود۳۰ سال است که درد از کمر تا مچ پای چپ در مواقع ایستادن و راه رفتن بعد از ۷ دقیقه شروع و بی‌تابم می‌کند و تا ننشینم و یا نخوابم آرام نمی‌شود و در اسکن نشان داده مهره‌ها نخاع را فشار می‌دهد و سیاتیک است چه کار کنم؟

پاسخ ۱۰:

- ☑ برای شما چند مرحله درمان باید صورت گیرد. ممکن است در ادامه نیاز به استفاده از زالو هم باشد در هر صورت علت بیماری معمولاً افزایش سودا و رسوب آن در مهره‌ها و دیسک های کمراست.
- ☑ از کلیه غذاهای سرد مثل ماست و دوغ و ترشی بپرهیزید. از غذاهای گرم و ادویه گرم مثل دارچین و زیره و زنجبیل مرتباً استفاده کنید.
- ☑ روزانه یک لیوان خاکشیر گرم و یک لیوان آب هویج میل کنید.
- ☑ فصد به شما کمک زیادی می کند.

نام بیماری:	استخوان درد	سن بیمار:	۵۳ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۵۵Cm	وزن بیمار:	۷۵ kg

سؤال ۱۱: سلام علیکم خسته نباشید. زانوهام ورم کرده که می‌گویند آب آورده پوکی استخوان و آرتروز هم دارم و در حال حاضر در موقع خواب و بیداری درد دارم و راه نمی‌توانم بروم چه کار کنم؟

پاسخ ۱۱:

- ☑ از کلیه غذاهای سرد مثل ماست و دوغ و ترشی بپرهیزید.
- ☑ از غذاهای گرم و ادویه گرم مثل دارچین و زیره و زنجبیل مرتباً استفاده کنید.
- ☑ روزانه ۲ لیوان دم کرده دارچین کمک زیادی به شما می کند.
- ☑ مالیدن روغن‌های گرم مثل روغن بادام تلخ درد را تسکین می‌دهد.
- ☑ اما برای درمان اساسی باید پاکسازی بلغم صورت گیرد که این کار تحت نظر پزشک باید صورت گیرد.

بیماری های زنان، نازایی، حاملگی

نام بیماری:	زنان و زایمان	سن بیمار:	۳۱ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۵۶Cm	وزن بیمار:	۵۲ kg

سؤال ۱: در اواسط بارداری دچار تحریکات جنسی و ترشحات سفید رنگ و خلطی زیاد در دستگاه تناسلی شدم به طوری که برای رهایی ازاین مشکل زیاد راه می‌رفتم. بعد از بدنیا آمدن پسرم تا مدتی ادامه داشت. حالا که فرزندم سه ماهه می‌باشد باز دچار ناراحتی در ناحیه تناسلی هستم این مشکل با تغییر وضعیت برای مدت کوتاهی رفع می‌شود. در ضمن احساس تخلیه ادرار در من به تاخیر افتاده است در ضمن زایمانم طبیعی بود و ۲۰ روز زودتر از موعد در حالی که خون‌ریزی زیاد داشتم با تزریق آمپول فشار و پاره شدن کیسه آب توسط پزشک بدنیا آمد. در حالی که در مورد زایمان اول هیچ موردی نداشتم.

پاسخ ۱:

☑ با عنایت به این که گفته‌اید ترشحات سفید و خلطی است در صورتی که علائم سوزش و تحریک وجود ندارد، علت مشکل ماده بلغمی است اما برای تشخیص دقیق‌تر کمی پنبه را حرارت دهید و شب داخل واژن قرار دهید و صبح خارج کرده در سایه خشک کنید و رنگ آن‌را بررسی کنید اگر سفید بود علت بلغم است و اگر زرد بود صفرا و اگر مایل به خاکستری و سیاه بود علت سودا و اگر به سرخی می‌زد علت خون است ممکن است حالت‌های ترکیبی هم وجود داشته باشد.

☑ اما اگر بلغم تایید شد هر روز عرق رازیانه و شربت عسل میل کنید. بادکش زیر شکم کمک کننده است. نشستن هر روز در لگن جوشانده آویشن و سنبل الطیب و بابونه نیز بسیار مفید است. پس از قطع ترشحات در جوشانده پوست انار بنشینید تا بیماری عود نکند.

نام بیماری:	خونریزی عادت ماهیانه و طول کشیدن زیاد	**سن بیمار:**	۲۵ سال
جنسیت بیمار:	زن	**وضعیت تأهل:**	متأهل
قد بیمار:	۱۵۰Cm	**وزن بیمار:**	۴۶kg

سؤال ۴: حدود ۱۹ ماه پیش با عمل سزارین زایمان کردم. در دوران حاملگی کاهش وزن داشتم و از ۵۶ کیلو در دوران قبل از حاملگی اکنون به ۴۶ کیلو رسیده‌ام. از ۱۶ماه پیش پریود می‌شوم و خونریزی زیاد دارم و مدت آن تا ۱۳ روز طول می‌کشد. قبل از پریود سرگیجه و لرز دارم زیاد عرق می‌کنم و حالت تهوع نیز دارم. لطفاً مرا در این زمینه راهنمایی کنید. با تشکر.

پاسخ ۲:

☑ خونریزی زیاد در ایام پریود به علل زیر می‌تواند باشد:

۱ـ زیادی خون در بدن: در این حالت بدن پرخون و رنگ چهره سرخ و رگ‌ها پر است و در اثر خونریزی ضعف ایجاد نمی‌شود بلکه سرحال‌تر می‌شود. در این حالت درمان حجامت و فصد است و بادکش زیر سینه‌ها است.

۲ـ رقت خون به دلیل افزایش صفرا: در این حالت رقت خون و احساس سوزش و سرعت آن در زمان خروج و تمایل رنگ آن به زردی و ضعف بدن و زردی رنگ رو نشانه آن است. درمان مصرف جوشانده پوست هلیله زرد و شاهتره و مصرف زرشک و انار و عناب و عدس و ... است.

۳ـ افزایش رطوبت آبکی در بدن باعث رقیق شدن خون بشود. علامت آن رقت و تمایل رنگ خون به سفیدی و سایر علائم غلبه بلغم بر بدن است. درمان دفع بلغم با انجام قی و مصرف شربت عسل و گلقند و غذاهای گرم است.

۴ـ غلبه سودا: خون سیاه می شود یا کبود یا به سبز می‌زند. درمان این نوع انجام فصد (اگر ضعف و کم‌خونی وجود ندارد) و استفاده از داروهای دافع سودا مثل افتیمون است.

۵ـ زخم و پولیپ رحم

۶ـ ضعف رحم به دنبال زایمان سخت: در این مورد هم اگر ضعف وجود ندارد فصد بسیار کمک کننده است. نشستن در آبغوره بدون نمک و شستشو واژن با آن کمک کننده است.

نام بیماری:	قطع عادت ماهیانه	**سن بیمار:**	۱۹ سال
جنسیت بیمار:	زن	**وضعیت تأهل:**	مجرد
قد بیمار:	۱۵۵Cm	**وزن بیمار:**	۵۵ kg

سؤال ۲: مدت ۹ ماه است که عادت نشده‌ام و ۱ سال پیش به علت نامرتبی شدید در پریود سونوگرافی کرده که وضعیت رحم و تخمدانها نرمال بوده و فقط خارهای ریزی در تخمدانها مشاهده شده بود به پزشک مراجعه کردم که قرص پروژسترون تجویز کرد که با مصرف آن پریودم ۱۱روز طول کشید و بعد از آن ۴ روز پاک بودم و دوباره خونریزی کردم پس مصرف قرص را ادامه ندادم. ماه گذشته ۳ شیشه عصاره رازن و ۲بسته جوشانده که از عطاری گرفتم مصرف کردم ولی فایده‌ای نداشت. لطفاً مرا راهنمایی کنید. با تشکر

پاسخ ۳:

☑ قطع عادت ماهانه علل متعددی دارد. ظاهراً شما مشکل آناتومیکی ندارید. چاقی هم یک علت است که شما چاق نیستید.

☑ یکی از علل کم‌خونی است باید ببینید آیا سابقه بیماری سخت و طولانی و یا تب و اسهال و استفراغ یا خون دادن‌های مکرر و ... وجود دارد. اگر این طور است درمان مصرف غذاهای مقوی مثل گوشت گوسفند جوان و شیر و خرما و عسل و تخم مرغ عسلی و ... است.

☑ عامل بعدی غلظت خون است به علت سردی یا اخلاط غلیظ. علامت این نوع سفیدی و نرمی و سستی پوست است و کبودی رگها و زیادی ادرار و وجود بلغم در مدفوع و خواب سنگین است و هنگام پریود خون رقیق می‌آید. درمان این نوع با مصرف رازیانه و انسیون و پونه و تخم کرفس است. هر یک از این‌ها را می‌توانید جوشانده با عسل میل کنید هم چنین بابونه، آویشن و ناخنک را جوشانده و داخل آن بنشینید. بعد از مصرف این داروها انجام فصد از پا و یا حجامت ساقین بسیار کمک کننده است.

☑ عامل دیگر بسته شدن دهانه رگهای رحم است. که خود این عامل به سه دلیل حرارت، سردی یا خشکی می‌تواند باشد که برحسب هر علت درمان متفاوت است.

نام بیماری:	عفونت رحم	سن بیمار:	۵۰ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متاهل
قد بیمار:	۱۵۰Cm	وزن بیمار:	۵۶ kg

سؤال ۴: در حال یائسگی هستم پریودم نامنظم شده ترشحم بد بو و زیاد دارم خارش داخلی رحم دارم پمادکلوبتازول که استفاده می‌کنم مدتی بهتر است ولی دوباره شروع می‌شود بسیار حساس هستم لباس زیرم نخی است و زود به زود عوض می‌کنم به هیچ وجه از آفتابه استفاده نمی‌کنم دستمال کاغذی بعد از توالت برای خشک کردن خود استفاده می‌کنم هرسه تا چهار هفته یکبار نزدیکی دارم عفونت رحم بسیار اذیتم می‌کند و خارش شدید دارم برای رفع این مشکل چه کار کنم با تشکر

پاسخ ۴:

☑ ترشحات و عفونت رحم می‌تواند از افزایش سودا، صفرا و یا بلغم باشد.

☑ برای تشخیص یک پنبه را کمی حرارت دهید و سپس داخل واژن قرار دهید. اجازه بدهید شب تا صبح پنبه داخل واژن بماند. سپس آن‌را خارج کنید و در سایه خشک کنید. بعد ببینید که رنگ پنبه چگونه است اگر سفید است نشانه بلغم، اگر زرد است نشانه صفرا و اگر به تیرگی مایل است نشانه سوداست. پس از این آزمون تشخیصی می‌توانید براساس عامل بیماری درمان صورت گیرد و بایستی آن ماده

عامل بیماری پاکسازی شود تا درمان قطعی صورت بگیرد والا درمان‌های موضعی چه شیمیایی و چه گیاهی معمولاً موقتی است. در واقع این ترشحات نشانه افزایش ماده‌ای در تمام بدن است بایستی آن ماده شناسایی شود و پاکسازی صورت گیرد.

نام بیماری:	داشتن فرزند سالم	**سن بیمار:**	۲۶ سال
جنسیت بیمار:	زن	**وضعیت تأهل:**	متأهل
قد بیمار:	۱۶۰Cm	**وزن بیمار:**	۶۴ kg

سؤال ۵: با سلام و عرض خسته نباشید من و شوهرم قصد بچه‌دار شدن داریم من یک خواهر دارم که دچار عقب‌ماندگی ذهنی است و علت آن معلوم نیست البته من و برادرم کاملاً سالم هستیم و پدر و مادرم هم فامیل نیستند فقط مادرم در دوران بارداری در ۲۰ سال پیش که امکانات زیاد نبوده از داروهای شیمیایی برای سینوزیت شدید چند ماهه‌اش استفاده کرده و خواهرم حدود ۳۵ درصد عقب ماندگی ذهنی دارد من و شوهرم فامیل نیستیم به مشاوره ژنتیک مراجعه کردیم آزمایش‌های خودمان مشکلی نداشت اما دکتر گفت باید از خواهرت چند جور آزمایش بعمل بیاید و راستش بدلیل اینکه باید به مشهد می‌رفتیم و رفت و آمد و هزینه‌های آزمایشات خیلی زیاد بود صرف نظر کردم حالا برای اینکه فرزندم سالم باشد و خیالم راحت باشد شما چه دستوری می‌دهید؟ خواهش می‌کنم سریع‌تر راهنمایی‌ام کنید.

پاسخ ۵:

☑ نگرانی شما موردی ندارد. با توجه به اظهارات خودتان به نظر می‌رسد عقب ماندگی خواهر شما به دلیل مصرف همان قرص‌های شیمیایی در دوران بارداری می‌باشد.

☑ برای این که خیالتان راحت باشد نزد پزشک متخصص طب سنتی مراجعه کنید تا اصلاح مزاج برای شما و همسرتان صورت بگیرد.

☑ تغذیه خود را اصلاح کنید و از مواد طبیعی در تغذیه استفاده کنید. مزاج خود و شوهرتان را شناسایی نمایید و تغذیه خود را بر اساس شناخت درست مزاجتان تنظیم کنید. در صورتی که شما و همسرتان به اعتدال مزاج شخصی خود برسید بدون نگرانی و با توکل به خداوند قادر مهربان می‌توانید صاحب فرزندانی سالم شوید.

نام بیماری:	اختلال قاعدگی	سن بیمار:	۲۸ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۵۸Cm	وزن بیمار:	۶۳ kg

سؤال ۶: با سلام من حدود سه ماه و نیم پیش خدمت شمادر مطب رسیدم به جهت اختلال قاعدگی و تخمدان پلی‌کیستیک و یک ماه بعد از آن نیز برای تکمیل درمان مراجعه نمودم ضمناً تمام نکات تغذیه سالم را رعایت می‌نمایم حتی از آب کلردار استفاده نمی‌کنم. حجامت و فصد نیز انجام داده‌ام و در این مدت هروز عرق رازیانه و بومادران مصرف می‌کنم و نسخه‌ام را نیز مو به مو انجام داده‌ام ولی الان حدود چهار ماه است که پریود نشده‌ام. خواستم وقت بگیرم که برای جلسه سوم مطب بیایم اما فرمودند تا شهریور وقت ندارند و باید صبر کنم. می‌خواستم بدانم چه کار کنم آیا به همین منوال ادامه بدهم؟ اگر مورد تکمیلی هست و امکان دارد بفرمایید تا زمانی که نوبت بدهند و خدمت برسم انجام بدهم.

پاسخ ۶:

☑ سیاهدانه را آسیاب کرده با دو برابر آن عسل مخلوط کنید. از مخلوط حاصل هرروز ۲ قاشق مرباخوری با آب گرم میل کنید.

☑ هر روز زیر شکم و پایین کمر را بادکش گرم بگذارید.

☑ عرق رازیانه و بومادران را هم ادامه بدهید.

☑ در ادامه درمان حجامت ساقین و یا فصد پا نیز مفید است.

نام بیماری:		سن بیمار:	۵۴سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۵Cm	وزن بیمار:	۷۳ kg

سؤال ۷: مادرمن زن ۵۴ ساله است از زمانی که یائسه شده است روزی یک یا دوبارصورتش سرخ شده وداغ می‌شود این وضعیت زمانی که عصبی می‌شود بیشتراست. چه درمانی پیشنهاد می‌کنید؟

پاسخ ۷:

☑ روزی یک لیوان عرق رازیانه میل کنند.

☑ یک استکان عرق کاسنی و شاطره قبل از هر وعده غذا میل کند.

☑ در صورتی که بلغمی نباشد، حجامت عام هم توصیه می‌شود.

نام بیماری:	حاملگی در سن بالا	سن بیمار:	۴۱ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۵۳Cm	وزن بیمار:	۶۰ kg

سؤال ۸: با سلام و خسته نباشید:آقای دکتر من در سن ۴۱ سالگی به لطف خداوند و قسمت الهی حامله شسدم ودر ۱۵ هفته و ۴ روز یک آزمایش دادم به شرح زیر:
inhibinA=427.4 BETA HCG=57225 UE3=3.1 AFP=45.5 RISK OF DOWN'S:1 IN 1700 (AT TERM) RISK OF NTD=1 IN 2300 COMMENT:DOWN'S RISK DUE TO ATERNAL AGE ALONE IS 1 IN 75 COMMENT=SINCE a BPD was recorded anencephaly has been excluded and the risk of NTD given is for spina bifida alone.
آقای دکتر به خانم دکتری که من مراجعه کردم گفتند که: چون ما افراد کمی را به این آزمایش معرفی می‌کنیم نمی‌توانم جواب قاطعی به شما بدهم انشاالله که هیچی نیست ولی آقای دکتر من خیلی نگران هستم لطفا مرا راهنمایی کنید که چیکاراید بکنم. اجرکم عندالله

پاسخ ۸:

☑ جای نگرانی نیست. با مصرف غذاهای سالم به یک بارداری و زایمان کاملاً ایمن امیدوار باشید.

☑ در مدت بارداری هیچ گونه غذای ترش میل نکنید و از غذاهای کارخانه‌ای و ناسالم بپرهیزید.

☑ عسل، مویز، کندر و بادام بطور روزانه استفاده کنید.

☑ از استرس‌های محیطی و فکر و خیال و وسواس بپرهیزید.

☑ می‌توانید هر روز یک استکان دم کرده گل گاوزبان میل کنید تا آرامش بیشتری داشته باشید. هیچ چیز به اندازه

آرامش روحی شما و تغذیه سالم و امید به لطف و رحمت الهی نمی‌تواند در سلامت جنین شما موثر باشد. به یاد داشته باشید که حضرت خدیجه (س) در سن بالای چهل سال سرور زنان عالم را باردار شدند، بنابراین این گونه نگرانی‌ها را از ذهن خود خارج کنید. ان شاء الله که خداوند به شما فرزندی سالم و صالح عطا می کند.

پرسش‌های شما

حکیم دکتر روازاده

پاسخ‌های

داخلی، گوش و حلق و بینی

نام بیماری:	آنزیم‌های کبدی	سن بیمار:	۳۰ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۷۰Cm	وزن بیمار:	۷۰ kg

سؤال ۱: ایشان تومور مغزی عمل کرده است در اثر شیمی درمانی آنزیم‌های کبدی وی افزایش پیدا کرده است. برای بهبودی کبد وی چه توصیه می‌کنید؟

پاسخ ۱:

☑ عرق کاسنی شاهتره یک لیوان قبل از هر غذا میل شود.

☑ شربت سکنجبین عسلی روزانه ۲ لیوان میل کنند.

نام بیماری:	مشکل معده و هضم	سن بیمار:	۳۲ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۵۷Cm	وزن بیمار:	۵۸ kg

سؤال ۲: باسلام. حدود سه ماه است که معده درد دارم با مصرف قرص پنتوپرازوال و سیتالوپرام تحت نظر پزشک متخصص خوب نشدم فقط تا زمانی که پرهیزازبعضی غذاها و میوه‌ها مثل ماکارانی و آبگوشت یا خیار و هندوانه دارم حالم خوب است البته سابقه این ناراحتی را قبلاً داشته‌ام باتوجه به مطالب سایت دموی مزاجم و در بهار بدتر می‌شوم می‌خواستم بدانم چه کنم تا کاملاً خوب شوم و تکلیفم با روزه گرفتن ماه رمضان چیست باتشکر از زحمات جنابعالی

پاسخ ۲:

☑ اگر غذا را خوب بجوید و با عجله غذا نخورید و آب و نوشیدنی وسط غذا نخورید و کمی نمک اول و آخر غذا بخورید مشکل تا حدود زیادی حل می‌شود.

☑ برای تقویت معده زیره، زنیان، سیاهدانه و آویشن را به نسبت مساوی و جداگانه آسیاب کنید و پس از هر غذا یک قاشق مرباخوری آن‌را میل کنید. سعی کنید آنرا بدون آب میل کنید و اگر نیاز به آب بود با آب گرم میل کنید. با این دستورات در صورتی که بطور مرتب و منظم انجام شود مشکلی با روزه‌داری هم نخواهید داشت.

☑ در ضمن روزی یک لیوان شربت عسل هم میل کنید.

نام بیماری:	لخته خون در زانو بعد از ضربه بیمار	**سن بیمار:**	۲۱ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۸۲Cm	**وزن بیمار:**	۷۵ kg

سؤال ۳: باسلام. حدود دوماه پیش در باشگاه رزمی بر اثر خوردن برزمین با زانو باعث آسیب دیدگی زانوی سمت راستم شد وبعد از ۵ روز مشاهده کردم زانویم ورم کرده و درد می‌کند بلافاصله پیش دکتر ارتوپد رفتم و دکتر بعد از دیدن عکس زانوی من تعدادی قرص و آمپول تجویز کرد و بعد از یک ماه مصرف باز پیش همان دکتر رفتم که با دیدن عکس جدید گفت که به مقدار یک سکه پنج تومنی در زانوی شما خون لخته شده است وبا تعدادی کپسول گفت که بعد از دو هفته خوب میشوی اما هنوز بعداز چهار هفته هنوز به اندازه یک تخم هندوانه خون لخته شده در قسمت پایین کشکک زانو ومقداری ورم دیده می‌شود و از شما درخواست درمان دارم.باتشکر

پاسخ ۳:

☑ در مورد لخته شدن خون در پا، از زالو می‌توانید استفاده کنید.

☑ همینطور می‌توانید از روغن بابونه استفاده کنید و یا جوشانده بابونه و ناخنک درست کنید و پا را داخل آب آن قرار دهید و همچنین گیاهان فوق را پس از پختن با عسل مخلوط کرده روی زانو ضماد کنید.

نام بیماری:	سردرد و دل درد شدید	سن بیمار:	۳۲ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۵Cm	وزن بیمار:	۷۵ kg

سؤال ۴: شوهرم خیلی مواقع دل درد و سردردهای شدید و طولانی مدت می‌گیرد. ایشان بلغمی هستند.

پاسخ ۴:

☑ اطلاعات را خیلی ناقص ارائه داده‌اید. دل درد علل و عوامل متعددی دارد. سر درد هم همینطور. تشخیص ما هم براساس علائمی است که در شرح حال یا معاینه به آنها دست می‌یابیم و تا زمانی که تشخیص قطعی نشود نمی-توانیم درمان کنیم.

☑ ممکن است سر درد ایشان ناشی از اختلال گوارشی ایشان هم باشد و با بهتر شدن مشکل گوارشی مشکل حل شود.

☑ فعلاً توصیه‌های کلی را رعایت کنند. غذا را خوب بجونند، آب و نوشیدنی وسط غذا نخورند و در اول و آخر غذا کمی نمک میل کنید.

☑ عرق انیسون یک فنجان بعد از هر وعده غذایی میل کنید.

نام بیماری:	سر درد	سن بیمار:	۳۹ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۸Cm	وزن بیمار:	۷۳ kg

سؤال ۵: مدت زیادی است در قسمت پیشانی دچار سردرد می‌شوم و اگرمسکن بوروفن نخورم‌قطع نمی‌شود اوایل به قدری شدید می‌شد که استفراغ می‌کردم ولی الان با مسکن (فقط بروفن) ساکت می‌شود کمی مشکل انحراف بینی دارم ولی با چندین متخصص مشورت کردم می‌گویند ارتباطی با هم ندارند وعلت سردرد من تماس باد سرد به پیشانی و یا وقتی به حمام می‌روم اگر همان موقع سرم را سشوار نکنم روز بعد حتماً سردرد دارم و یا جایی که هوا سرد باشد واحساس لرز کنم روز بعد حتماً سردرد خواهم داشت. در ضمن من دائماً ترشح پشت حلق دارم. با تشکر از شما

پاسخ ۵:

☑ جوشانده‌ای از زوفا و اصل السوس و انجیر خشک تهیه کنید و آن‌را با ترنجبین شیرین و میل کنید.

☑ به عنوان غذا از حریره‌ای که با سبوس گندم و مغز بادام و عسل درست می شود استفاده کنید.

☑ بجای آب از شربت گلاب استفاده کنید.

☑ همچنین شوید و بابونه و بومادران و آویشن و ناخنک را بجوشانید و با آن بخور بدهید.

☑ همچنین مقداری سیاهدانه را در سرکه خیسانده سپس آنرا مثل اسفند دود بدهید و دود آن‌را به بینی برسانید البته اگر سرفه تحریک شد اقدام آخری را انجام ندهید.

نام بیماری:	برگشت اسید معده	سن بیمار:	۳۷ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۶Cm	وزن بیمار:	۷۵ kg

سؤال ۶: بنده حدود ۲ سال سابقه مصرف داروی امپرازول را دارم. چند سالی است که مصرف آن را قطع کرده‌ام. با پرهیز از چای برگشت اسید و ترش کردن من بهتر شده است ولی سرفه‌های مزمن که ناشی از ریفلاکس اسید می‌باشد مرا رها نمی‌کند. علی‌الخصوص هنگام خنده-گریه- بغض کردن و احساساتی شدن سرفه‌ام تشدید می‌شود. از طرف دکتر به آندوسکپی توصیه شده‌ام ولی به امید بهبودی این کار را انجام ندادم. لطفا مرا راهنمایی کنید. با کمال تشکر اجر شما با خدا.

پاسخ ۶:

☑ اولاً درمان ریفلاکس را با خوب جویدن غذا و پرهیز از مصرف نوشیدنی و آب وسط غذا و بعد از آن و پرهیز از مصرف کیک و کلوچه و بیسکویت و چای کامل کنید.

☑ جوشانده‌ای از آویشن (۱ قاشق)، گل ختمی (۱ قاشق) و انجیر (۷ عدد) درست کنید و هر روز ۲ لیوان میل کنید.

نام بیماری:	کبد چرب	سن بیمار:	۳۸ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۵۵Cm	وزن بیمار:	۶۶ kg

سؤال ۷: سلام. مادر بنده دارای مزاج جبلی گرم و خشکه. ۵ سال پیش مشکل اعصاب پیدا کرد و تحت نظر پزشک متخصص بود ولی بعد از اینکه پزشک از شهر رفت قرص‌ها رو بدون تجویز ادامه داد (البته فقط آلپرازولام). ۲ سال پیش کیسه صفرا وی که به نظر پزشک خراب شده بود رو با عمل لیزر برداشتند و دکتر گفت که باید از این به بعد مراعات کنی و عکس هم که گرفت دکتر گفت دور کبدت یه خورده چربی هست ولی متاسفانه مامانم زیاد رعایت نکرد وچیزهای چرب (مثل سس مایونز) می‌خورد .بعد از مدتی متوجه شدیم که صورت ایشان خیلی تیره شده (قرص صورت) مثل اینکه یه ماسک تیره روی صورتش گذاشته. بعدش من کرم روشن کننده نوستراتا رو گرفتم استفاده کرد یه خورده روشن‌تر شد ولی باز هم لکه‌های قهوه‌ای پهن وپوست تیره موند .تا اینکه با شما آشنا شدم درست مثل اینکه چیزی رو که تو زندگیم دنبالش می گشتم پیدا کردم(حدود ۶ ماه پیش).بعد ایشان واسه سردرد بردم حجامت که بحمدلله خوب شد وتا الان که مرتب دم نوش های گیاهی بهش میدم (گاوزبان و سنبل الطیب و استخدوس واسه اعصاب) البته دکتر حجامت یه قرص به اسم نوراگل هم داد برای اعصابش چون که شبها بدون قرص الپرازولام میگه خوابم نمی بره ولی این قرص نوراگل که گیاهی هست بی تاثیره وحتما باید آلپرازولام بخوره تا خوابش ببره حالا می خواستم بپرسم که۱- چه راه حلی شما پیشنهاد می کنید واسه ترک این قرص که بدون اون هم خوابش ببره؟ .و درباره‌ی کبدش هم مرتب دم کرده گزنه نعناع-و در حدود یک ماهی مرتب دم کرده گلپر بهش میدادم و تا الان هم همه رو می‌خوره ولی هنوز هم صورتش لکهای پهن قهوه‌ای دارد. البته کمرنگ تر شده ۲- می‌خواستم یه راه حلی برای پاکسازی کامل کبد و اینکه از کجا بفهمم که کبدش مشکلی نداره بدونم و البته نظر گرامی شمارو در این مورد بدونم .با سپاس بسیار فراوان.

پاسخ ۷:

☑ توجه بفرمایید که در ابتدای درمان و در رأس امور درمانی پرهیز قرار دارد. بنابراین بایستی از غذاهای زیر بشدت بپرهیزند: سوسیس، کالباس، کنسرو، نوشابه، پیتزا، سس، گوشت گاو، روغن نباتی (مایع و جامد).

☑ غذا بیشتر آب‌پز و بخارپز و کبابی مصرف شود و سرخ کردنی کمتر میل کنند.

☑ روغن زیتون فقط مصرف شود.

☑ غذا را خوب بجوند و با عجله غذا نخورند، آب و نوشیدنی مابین غذا و تا یکساعت بعد از غذا میل نکنند و کمی نمک در اول و آخر غذا میل کنند.

☑ قبل از هر غذا یک لیوان عرق کاسنی همراه با ۳ قاشق سکنجبین میل شود.

☑ هر شب قبل از خواب دم کرده گل گاوزبان و سنبل‌الطیب، بادرنجبویه و استخدوس و بادرنجبویه و افتیمون میل شود (قبل از دم کردن همه دواها را نیم کوب کنید)

☑ برای پاکسازی خون و پوست هر روز صبح ناشتا ۱ لیوان آب پنیر میل کنید. روش تهیه آب پنیر: ۲ لیوان شیر را بجوشانید و در حال جوش ۲ قاشق سرکه به آن بزنید تا شیر ببرد و حالت پنیری به خود بگیرد. شعله را خاموش کنید و یکساعت بعد آن‌را صاف کنید مایع حاصله را میل نمایند. این اقدامات را تا سه ماه انجام دهید پس از سه ماه سونوگرافی کبد و آزمایشات آنزیم‌های کبدی صورت گیرد.

نام بیماری:	رفتن دمای بدن هنگام خوابیدن روی دست راست	**سن بیمار:**	۲۶ سال
جنسیت بیمار:	مرد	**وضعیت تأهل:**	متأهل
قد بیمار:	۱۷۰Cm	**وزن بیمار:**	۷۵ kg

سؤال ۸: وقتی روی دست راستم می‌خوابم یا دراز می‌کشم دمای بدنم بالا رفته و عرق می‌کنم ولی با خوابیدن به پشت یا روی دست چپ این مشکل بر طرف شده. علت چیست؟ در ضمن فردی که با طب سنتی آشنا بود گفتند مزاجم دموی با غلبه سودا است (به خرما علاقه زیاد دارم و با مصرفش کم جوش میزنم اغلب کسلم احساس نیاز شدید به خواب و رنگ سفیده چشمم قرمزاست پوست دست وپایم هم زبر است) اگر می‌شود بفرمایید چه مزاجی دارم؟ برای رفع مشکلاتم مرا راهنمایی فرمایید

پاسخ ۸:

☑ اولاً توجه فرمایید که مزاج سرشتی که هر انسانی از ابتدای تولد واجد آن است دارای ده علامت است که شامل رنگ پوست، وضعیت مو، سردی و گرمی پوست بدن، درشتی یا باریکی مفاصل و قفسه سینه، درشتی هیکل یا لاغری و تکیدگی، وضعیت عروق بدن و تأثیر گرفتن از سردی و گرمی هوا و همینطور تأثیر غذاهای سرد و گرم بر بدن، همینطور وضعیت عصبی و روانی و میزان فعالیت و کندی یا سرعت در انجام افعال. بنابراین تعیین این مزاج به سادگی نیست که کسی با یک نگاه به شما مزاج شما را تعیین کند.

☑ ثانیاً هر مزاجی که شما داشته باشید برای شما طبیعی محسوب می‌شود و آن چیزی که باعث بروز مشکل در شما می‌گردد مزاج سرشتی شما نیست بلکه بهم خوردن تعادل اخلاط چهارگانه در بدن شماست. افزایش یک یا چند خلط در بدن می‌تواند مزاج طبیعی شما را تغییر دهد و سردی مزاج ایجاد کند.

☑ به نظر می‌رسد کبد شما دچار سوء مزاج گرم شده است و یا انسدادی در مجاری کبدی وجود دارد.

☑ البته معمولاً سوء مزاج گرم کبد با تشنگی مفرط و تلخی دهان و خشکی زبان و کمی اشتها و یبوست همراه است. محل جگر هم در لمس گرم است.

☑ استفاده از عرق کاسنی و شربت سکنجبین و آب انار (خصوصاً هنگامی که انار ترش و شیرین با هم به داخل آن آب‌گیری شود) و لعاب اسفرزه می‌تواند مشکل را حل کند.

☑ کسالت و بیماری شما هم اگر پس از اصلاح وضع کبد رفع نشود باید بررسی شود اگر از غلبه خون باشد (که با توجه به توصیف خودتان احتمالاً همینطور است) با حجامت رفع می‌شود. اما اگر همراه با زیادی آب دهان و پف زیر چشم و علائم سردی باشد ناشی از افزایش بلغم است (که بعید است) در آن صورت صرف خوراکی‌های گرم مثل عسل، ادویه‌جات و دم کرده استخدوس کمک کننده است.

نام بیماری:	برونشیت مزمن	سن بیمار:	۲۷ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۸Cm	وزن بیمار:	۶۰ kg

سؤال ۹: ضمن عرض سلام. مدتی است که سینه من دچار برونشیت شده به نظر پزشکان و تجویز آنها تا حالا چند دوره سفیکسیم و کو آموکسی کلاو و... مصرف نموده‌ام اما بهتر بودن وضعیت من با اتمام داروها به اتمام می‌رسد البته دچار سینوزیت مزمن هم هستم و دائم ترشح پشت حلق دارم به طوری که صبح‌ها که از خواب بلند میشم ریه من کاملا گرفته است و با استنشاق آب‌نمک و جوش‌شیرین و ترکیب نمک و عسل هم بهتر نشده‌ام البته زیاد مداحی می‌کنم برای همین ریه من تحت فشار است و خیلی حساس شده لطفاً من را راهنمایی کنید.

پاسخ ۹:

☑ جوشانده‌ای از زوفا و اصل السوس(شیرین بیان) و انجیر خشک تهیه کنید و آن‌را با ترنجبین شیرین و میل کنید.

☑ به عنوان غذا از حریره‌ای که با سبوس گندم و مغز بادام و عسل درست می‌شود استفاده کنید و به جای آب از شربت گلاب استفاده کنید.

☑ همچنین شوید و بابونه و بومادران و آویشن و ناخنک را بجوشانید و با آن بخور بدهید.

☑ همچنین مقداری سیاهدانه را در سرکه خیسانده سپس آن‌را مثل اسفند دود بدهید و دود آن‌را به بینی برسانید البته اگر سرفه تحریک شد فوراً اقدام آخری را قطع کنید.

نام بیماری:	ناراحتی گوارشی	سن بیمار:	۵۸ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۵۸Cm	وزن بیمار:	۵۲ kg

سؤال ۱۰: با سلام حدود ۲ ماه است که قرص پنتاپرازول را (مصرف به مدت ۵ سال و قبل از آن امپرازول به مدت ۱۰ سال به همراه قرص کلردیازپوکساید) به گفته شما قطع کرده ام.در حالی که همچنان نصف قرص لووتیروکسین و آپوآلپرازولام نیم و فلووکسامین ۵۰ را باز هم به توصیه شما مصرف می‌کنم. اکنون دچار ناراحتی‌های گوارشی قدیمی شدیدم شده‌ام مثل ترش کردن زیاد، سوزش سر دل، درد در ستون فقرات آنچه تا به اکنون مصرف کرده‌ام: کد ۱۲۵،کد ۱۴۳، کد۱۱۸، داروی خوراکی، جوش شیرین، اکسیر مقوی معده، معجون حیات‌بخش که البته چندان موثر واقع نشده است. در حال حاضر نمی‌دانم چه باید بکنم تا بهبود یابم لطفا راهنمایی فرمایید .

پاسخ ۱۰:

☑ چند عامل باعث طول کشیدن بیماری شما و عدم بهبود است. بهترین کاری که باید انجام دهید تغییر در نحوه زندگی و تغذیه است. به توصیه‌های ذیل عمل کنید:

۱ـ پرخوری نکنید و همیشه قبل از سیر شدن دست از غذا بکشید.

۲ـ غذا را بسیار بجوید تا حدی که کاملاً لقمه در دهانتان آب شود.

۳ـ از عجله در هنگام غذا خوردن بپرهیزید.

۴ـ از حرص و جوش در هنگام غذا خوردن بپرهیزید.

۵ـ به هیچ وجه در وسط غذا و بعد از آن تا یکی دو ساعت آب و نوشیدنی میل نکنید.

۶ـ اول و آخر غذا کمی نمک میل کنید.

۷ـ قبل از شروع غذا بسم‌ا... بگویید.

☑ علت دیگر عصبانیت و تند مزاجی و فکر و خیال زیاد است. توصیه می‌کنیم جهت رفع مشکل علاوه بر رعایت توصیه‌های فوق هر روز جوشانده بادرنجبویه و انیسون همراه با عسل به میزان یک استکان بعد از هر غذا میل کنید.

نام بیماری:	مور مور دست	سن بیمار:	۵۳ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۵۵Cm	وزن بیمار:	۷۷ kg

سؤال ۱۱: با سلام اینجانب مدت ۳ سال است که هردو دستم مورمور می‌کندکه شبها زیاد بیدار می‌شوم و آن را تکان می‌دهم تا آرام شود و شست دست چپم خم شده و به عقب نمی‌آید و وقتی آن‌را کمی ماساژ می‌دهم باز می‌شود ولی دوباره بعد از چند ساعت به سر جای اولش باز می‌گردد و اگر ضربه‌ای هم به آن بخورد ضعف می‌کنم. دکتر گفته که باید استخوانش را در بیاورم. لطفاً مرا به طور کامل راهنمایی کنید.

پاسخ ۱۱:

☑ نیاز به جراحی ندارید. کافی است از غذاهای سودازا و صنعتی بپرهیزید و یک بار فصد انجام دهید و داروهای ضد سودا طبق موارد موجود در سایت استفاده کنید.

نام بیماری:	خارش شدید سر	سن بیمار:	۲۹ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۵۴ kg

سؤال ۱۲: دچار خارش سر شدید هستم که آن هم با دارو رفع نشده است لطفاً مرا راهنمایی کنید. فکر می‌کنم طبعم گرم است.

پاسخ ۱۲:

☑ خارش سر می‌تواند به علت وجود مواد گزنده و مزاحم در پوست سر باشد که بایستی با داروهای خاصی پاکسازی شود.

☑ فعلاً می‌توانید از مخلوط خاکشیر با عرق کاسنی و شاهتره استفاده کنید اما این درمان قطعی نیست و بایستی پاکسازی کامل صورت بگیرد والا می تواند موجب ریزش مو شود.

☑ از غذاهای صنعتی و کارخانه‌ای اجتناب کنید.

☑ روزانه ۲ لیوان آب پنیر بخورید.

نام بیماری:	ساییدگی مهره‌های گردن و خواب رفتگی دست راست	**سن بیمار:**	۵۴ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۲Cm	وزن بیمار:	۶۲ kg

سؤال ۱۳: ساییدگی گردن در عکس زیاد نیست در نوار عصب و عضله گرفتگی ندارم این امر باعث خواب رفتگی دست راستم و انگشتانم (انگشت بزرگ و اشاره) و پشت شانه‌ام در روز می‌شود راه درمان چیست با تشکر

پاسخ ۱۳:

☑ معمولاً این دردها ناشی از افزایش غلظت خون است و ارتباط زیادی با مهره گردن ندارد.

☑ برای درمان از غذاهای غلیظ کننده خون مثل غذاهای ساندویچی و پیتزا و سس و نوشابه و گوشت گاو بپرهیزید.

☑ همچنین از داروهای صاف کننده‌ی خون باید استفاده کنید.

☑ فصد یا حجامت می‌تواند بسیار کمک کننده باشد.

☑ مالیدن روغن بادام تلخ به گردن و دست‌ها نیز بخشی از درمان شما است.

☑ لازم به یادآوری است که تمام اقدامات فوق بایستی همراه هم صورت بگیرد تا درمان شما کامل شود. والا مثلاً مالیدن روغن ممکن است کمی تسکین بدهد ولی مجدداً درد باز می گردد.

☑ روزانه ۲ لیوان دم کرده افتیمون میل کنید.

☑ با سکنجبین عسلی شربت درست کرده و ۲-۳ لیوان میل کنید.

نام بیماری:	ضعف بویایی	سن بیمار:	۳۴ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۰Cm	وزن بیمار:	۹۰ kg

سؤال ۱۴: باسلام من مبتلا به بیماری سینوزیت هستم و مدت زیادی هست که شامه‌ی بویایی من خیلی ضعیف است لطفاً برای معالجه مرا راهنمائی کنید باتشکر.

پاسخ ۱۴:

☑ شربت مصفای خون و عرق رازیانه را مصرف کنید.

☑ عرق کاسنی و شاطره قبل از هر غذا میل کنید.

☑ دم کرده گل گاوزبان و سنبل الطیب و استخدوس هر شب میل کنید.

☑ با عنایت به طولانی بودن بیماری، حوصله و صبر بیشتری برای درمان باید داشته باشید.

نام بیماری:	افسردگی - سردرد شدید - بی‌خوابی - تنگی‌نفس (ضربان تند قلب) استرس	سن بیمار:	۴۷ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۵Cm	وزن بیمار:	۷۶ kg

سؤال ۱۵: باسلام، خواهرم که ۴۷ ساله است از کودکی مقدار کمی وسواس و استرس و افسردگی داشتند و چند سال قبل دچار دیسک کمر شدند بطوری که اکثر وقت‌ها می‌بایست دراز می‌کشیدند و استراحت می‌نمودند اخیراً دچار افسردگی شدید شدند و به دکتر مراجعه کردند و دکترها قرصهای zonax برای ایشان تجویز کردند که با مصرف آن دچار توهم شدید می‌شدند نظیر درخواست رانندگی کردن با وجود بلد نبودن رانندگی می‌نمودند و غیره مدت یکماه قبل به یک دکتر در تهران بردیمش که دکتر دو نوع قرص ظاهرا سرترالین پی اس ۵۰ و تری فلوپرازین ۱ به ایشان دادند که حالت توهم وی تقریبا بطور کامل رفع اما اکنون دارای سردرد شدید - تنگی نفس - استرس است و اگر به بیرون از خانه مراجعه نمایند استرسشان بیشتر می‌شود و فکرشان بسیار مشغول است و با توجه به اطلاعات سایت جنابعالی سوداژاها را از غذایشان حذف و در محیط خنک زندگی و دم کرده استخودس را مصرف می‌کنند ولی ناراحتی سردرد شدیدشان ادامه دارد خواهشمند است راهنمایی فرمایید

پاسخ ۱۵:

- ☑ دم کرده‌ای از گل گاوزبان، سنبل‌الطیب، استخدوس، بادرنجبویه، افتیمون و لیموعمانی را هر شب یک لیوان با نبات میل کند.
- ☑ هر روز صبح یک لیوان عرق بهارنارنج را با یک قاشق چای‌خوری فرنجمشک میل کنید.
- ☑ هر روز ظهر یک لیوان عرق بیدمشک و گلاب میل شود.
- ☑ مرتباً به لباس و رختخواب ایشان گلاب بریزید.
- ☑ به شدت از غذاهای صنعتی بپرهیزند.
- ☑ فصد و زالو می‌تواند کمک بسیاری به ایشان بکند.

نام بیماری:	سیری کاذب	سن بیمار:	۲۵ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۵Cm	وزن بیمار:	۵۳ kg

سؤال ۱۶: با سلام واحترام. مشکلم سیری کاذبه. خیلی مواقع پیش می‌آید که بسیار گرسنه هستم ولی میل به غذاخوردن ندارم البته خستگی روحیم هم قابل ملاحظه است. اوایل زیاد مهم به نظرنمی‌رسید ولی الان زود دچار خستگی می‌شوم می‌خواهم کارهایم را سریع انجام دهم اما توانش را ندارم. خوابم به نسبت قبل بیشترشده. پاهام وقتی روی هم گذاشته می‌شوند سریع به خواب می‌رند. جدیداً دست‌ها بخصوص و پاها دچارعرق‌زدگی می‌شوند. بعد از مقداری راه رفتن بخصوص سراشیبی‌ها احساس می‌کنم دهانم خشک شده و تنفسم سخت‌تر می‌شود (درکل ضعیف شدم). تپش قلب می‌گیرم.۲ سال پیش به خاطراین موضوع به دکترتغذیه مراجعه کردم بعدازآزمایش خون گفت: از کمبود ۲ ویتامین‌رنج می‌برم. (نام نبرد) بعدش‌کپسول‌های مولتی ویتامین وشربت اشتهاآورداد که موثرنبود الان دارویی مصرف نمی‌کنم. الان احساس می‌کنم مشکلم بیشترشده و دچارکم حافظگی، دقت (در حالیکه باید دررشته‌ام دقت فراوان داشته باشم) و بخصوص کاهش سرعت کارهایم شده‌ام. گاهی اوقات بین غذاخوردن حالت تهوع گرفته و نمی‌توانم ادامه دهم .درموردمزاج هم نمی‌دونم دقیقا چه مزاجی دارم که بگم ولی تو خواب بدون اختیارآب دهانم جاری می‌شود (نه همیشه) ودچارخلط گلو هستم بویژه صبح‌ها. بوی بدی از دهانم احساس می‌کنم علاقه زیادی به خوردن چای و چیزهای ترش دارم چه غذاهایی باید بخورم. همیشه زیرسایه خداوند پایدار باشید.

پاسخ ۱۶:

☑ شما برخلاف مزاج اولیه‌تان دچار افزایش سردی (بلغم) در بدن خود شده‌اید.

☑ خستگی و کاهش انرژی و توان انجام کارها، کمی حافظه، ریزش آب از دهان و خلط گلو از نشانه‌های آن هستند.

☑ فعلاً از غذاهای سرد مثل ماست و دوغ ترشی بپرهیزید و هرگز غذاهای کارخانه‌ای مثل سوسیس و کالباس و پیتزا و کنسرو و نوشابه مصرف نکنید.

☑ غذاهای گرم طبیعی مثل عسل، شیره انگور، خرما، زیتون، کشمش، مویز، انجیر، کنجد، پسته، بادام، فندق و گردو بیشتر میل کنید.

☑ هرروز صبح یک لیوان شیر بادام میل کنید (یک لیوان شیر بادام: ۱۵ عدد بادام پوست کنده، ۲ قاشق شیره انگور و ۳ قاشق گلاب مخلوط کرده میل نمایید).

☑ هر روز یک نخود کندر را مانند آدامس نیم ساعت بجوید و سپس ببلعید.

☑ بطورخلاصه از غذاهای سرد پرهیز و غذاهای گرم میل کنید.

☑ از ادویه جات گرم مثل دارچین و زعفران در غذاها و یا بصورت دم نوش استفاده کنید.

☑ روزانه یک استکان مخلوط عرق کاسنی + شاهتره میل کنید.

نام بیماری:	آلرژی	سن بیمار:	۳۱ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۸۰Cm	وزن بیمار:	۱۱۰ kg

سؤال ۱۷: با سلام برای آلرژی حجامت انجام دادم به روشی که در سی‌دی گفتید. بعد از چند وقت که خوب بودم باز حالم بد شد و گرفتگی بینی و آب‌ریزش به آن اضافه شد. لطفا مرا راهنمایی کنید .با تشکر

پاسخ ۱۷:

- ☑ روغن بنفشه خالص تهیه و هر شب ۲ قطره داخل بینی بچکانید.
- ☑ یک لیوان عرق کاسنی شاهتره همراه با یک قاشق غذاخوری خاکشیر و کمی عسل مخلوط کنید و نیم ساعت قبل از هر غذا میل کنید.
- ☑ حجامت آلرژی را هم سه نوبت با فاصله یک‌ماه انجام دهید. این حجامت هیچ گونه عارضه‌ای ندارد، بلکه گاهی حجامت مانند خانه تکانی عمل می کند یعنی گرد و خاکی بلند می‌شود اما با ادامه درمان نتایج مطلوب را بدست می‌آورید.

نام بیماری:	بوی بد پا	سن بیمار:	۳۳ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۰ Cm	وزن بیمار:	۸۹ kg

سؤال ۱۸: مشکل من عرق زیاد کف پا در تمام فصل‌های سال است که در تابستان شدت بیشتری پیدا می‌کند و بوی بسیار بدی هم دارد و نسبت به بدنم که خیلی عرق نمی‌کند، در ناحیه پاها شدت عرق و بوی بد آن مشکل ایجاد می‌کند.

پاسخ ۱۸:

☑ بوی بد عرق و تعریق عمدتاً ناشی از افزایش مواد زائد در بدن ماست. هنگامی که فضولات دفع نشود معمولاً این مشکل پیش می‌آید.

☑ برای جلوگیری از بوی بد عرق نیز باید اصلاح تغذیه نمایید باید هرگز مواد کارخانه‌ای و فست فود و چرب و سرخ کرده و تنقلات از قبیل چیپس و پفک و این گونه مواد را نخورید، سیر و پیاز نیز مصرف نکنید و به پاکسازی بدن تحت نظر پزشک با داروهای مناسب و استفاده از فصد یا حجامت بپردازید.

نام بیماری:	احساس گرما	سن بیمار:	۱۷ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۵Cm	وزن بیمار:	۵۶ kg

سؤال ۱۹: همیشه احساس گرمای بسیار شدید می‌کنم، صورتم جوش میزند خیلی زود عصبانی می‌شوم، اشتهایم هم بسیار زیاد است و دارم چاق می‌شوم مرا راهنمایی کنید چه کارکنم تا این گرمای آزاردهنده از بین برود و اشتهایم کم شود؟

پاسخ ۱۹:

☑ برای کاهش این حرارت باید حرارت کبد را با خوردن عرق کاسنی و شاهتره پایین بیاورید.

☑ همچنین می‌توانید حجامت کنید.

☑ اگر ریزه‌خواری می‌کنید باید سودای معده با استفاده از شربت خاکشیر گرم و سایر داروهای مناسب دفع شود.

☑ ضمناً شما اضافه وزن ندارید و نباید راجع به این موضوع دچار وسواس بشوید.

☑ از غذاهای گرم و خشک کمتر استفاده کنید از ادویه زیاد استفاده نکنید.

نام بیماری:	بیرون زدگی مقعد هنگام دفع مدفوع	سن بیمار:	۸ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۱۰Cm	وزن بیمار:	۲۵kg

سؤال ۲۰: سلام.فرزندم مبتلا به بیماری بیرون زدگی مقعد هنگام دفع مدفوع می‌باشد راه درمان آن چیست؟ضمناً امکان آمدن به مطب برایم مهیا نمی‌باشد. باتشکر

پاسخ ۲۰:

☑ اگر این کودک دچار بیرون زدگی مقعد است و پزشکان او را معاینه کرده‌اند و تشخیص قطعی است و تشخیص دیگری مثل بواسیر مطرح نیست و خونریزی وجود ندارد به نکات ذیل توجه کنید:

☑ بیرون زدگی مقعد می‌تواند به علت ورم در مقعد باشد. این ورم می‌تواند گرم یا سرد باشد. اگر این مشکل بدنبال مصرف ادویه گرم ایجاد شده است همراه خارش و سوزش است و درد و التهاب دارد و ادرار قطره قطره می‌آید، تشخیص ورم گرم است.

☑ برای درمان آن باید حجامت از پایین کمر صورت گیرد، سپس سفیده تخم مرغ را با روغن گل مخلوط و در هاون قلعی خوب مخلوط کنند و بر مقعد قرار دهند.

☑ خوراندن اسفرزه و عناب و آلو با عسل مفید است.

- ☑ اما اگر علائم گرمی وجود ندارد مالیدن چربی مرغ و زرده تخم مرغ و روغن گل و کمی مقل مفید است.
- ☑ اگر بابونه و ختمی و بنفشه و برگ کلم و شلغم و تخم کتان را جوشانده، بیمار را داخل آن بنشانند مفید است.
- ☑ مالیدن روغن بابونه و یا روغن شوید به مقعد باعث می‌شود، نرم شود و به محل اصلی خود بازگردد.
- ☑ سپس باید از چیزهای قابض مثل مورد و گلنار و پوست انار که به صورت پودر درآمده است، روی مقعد بپاشند و دستمالی روی آن قرار دهند.
- ☑ در صورتی که مقعد به راحتی جا می رود صرفاً استفاده از پودر داروهای قابض (مورد، گلنار، پوست انار، مازو) روی موضع یا جوشاندن آنها و نشانیدن بیمار داخل آن کفایت می کند.
- ☑ در تمام موارد استفاده از روغن گل مفید است.
- ☑ نکته بسیار مهم همیشه باید کودک لینت مزاج داشته باشد. خاکشیر با آب داغ و عسل برای ایجاد لینت بسیار مفید است.

نام بیماری:	سر درد	سن بیمار:	۲۹ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۳۰Cm	وزن بیمار:	۵۸ kg

سؤال ۲۱: من مدتی است که یک طرف پشت سرم بعضی وقت‌ها درد می‌گیرد و بعد ازحمام هم بیشتر می‌شود و بعد از مدتی مثلا چند ساعت با خوردن بروفن و استامینوفن آرام می‌گیرد. در بعضی مواقع بعد از ساعت‌ها درد حالت تهوع به من دست می‌دهد و چشمانم سیاهی می‌رود و اعصابم خراب می‌شود. می‌خواستم بدانم سینوزیت دارم یا میگرن یا چیز دیگری و درمان آن چیست. در ضمن بعضی وقت‌ها درد تا ۲ روز نیز طول می‌کشد و مسکن‌ها هم کارساز نیست و در ضمن ترشحات بینی ندارم. و مادر من هم میگرن دارد.

پاسخ ۲۱:

☑ اولاً اطلاعاتی که در مورد بیماری داده‌اید کافی نیست اما به توصیه‌های زیر عمل کنید:

☑ قبل از بیرون آمدن از حمام پای خود را از مچ به پایین با آب سرد بشویید.

☑ ماست و دوغ و ترشی و آب یخ و بستنی نخورید.

☑ روزی ۲ لیوان جوشانده دارچین و عسل میل کنید.

☑ در صورتی که ترشحات پشت حلق دارید باید تحت درمان سینوزیت به روش طب سنتی هم قرار بگیرید.

☑ هر شب مخلوطی از عرق اسطوخودوس + بادرنجبویه + سنبل‌الطیب + گل گاوزبان بخورید.

نام بیماری:	بیماری ریه	سن بیمار:	۳۴ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۶Cm	وزن بیمار:	۸۷ kg

سؤال ۲۲: با سلام مدتی پیش دچار سرماخوردگی شدم و از آنتی‌بیوتیک استفاده کردم پس از مدتی دچار سرفه شدم که دو ماه طول کشید. پس از مراجعه به پزشک تشخیص دادند که ریه‌ام باید خلط دفع کند و رژیم غذایی و قرص برم هگزین و داروهای گیاهی مثل گل زوفا پیشنهاد داد ولی سینه‌ام خلط نیامد من به خاطر اینکه خواننده هستم ریه برایم خیلی مهم است و در حین خوانندگی صدایم می‌گیرد ولی وقتی چای پونه مصرف کرده و ورزش می‌کنم صدایم بهتر می‌شود ولی از خلط خالی نشده و گرفتگی صدا را دارم در این زمینه مرا یاری دهید.

پاسخ ۲۲:

☑ اشکال اصلی در درمان سرماخوردگی است.

☑ باید توجه کنید که در درمان طب سنتی نباید ترشحات بینی (زکام) را بند آورد.

☑ در طب جدید هم سرماخوردگی را ناشی از ویروس می‌دانند و هیچ آنتی‌بیوتیکی بر آن موثر نیست.

☑ معمولاً این درمان‌ها باعث غلیظ شدن ترشحات می‌شود و به همین جهت بعداً به سختی خارج می‌شود.

☑ جوشانده زیر را استفاده کنید. آویشن، مرزنجوش، زوفا از هر کدام یک قاشق مرباخوری و انجیر ۷ عدد همه را جوشانده و صاف کنید و هر روز ۲ مرتبه میل کنید. از بخور همین جوشانده هم می توانید استفاده کنید.

نام بیماری:	آسم و مشکل تنفسی	سن بیمار:	۷ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۶۰Cm	وزن بیمار:	۳۰ kg

سؤال ۲۳: با سلام ما در اسفند ماه سال گذشته بدلیل مشکل تنفسی برادرم برای انجام حجامت آلرژی مراجعه کردیم که علی‌رغم اصرار ما اطبا حجامت معمولی را تجویز کردند، خواستم بدانم برای چه با حجامت آلرژی مخالفت کردند و آیا این حجامت در بازه زمانی خاصی باید انجام گیرد؟

پاسخ ۲۳:

☑ حجامت آلرژی را در هر زمانی می‌توانید انجام دهید. لکن قواعد کلی حجامت (از لحاظ رعایت فصل و ماه و روز و ساعت) در حجامت آلرژی هم حاکم است. همچنین قواعد فوق در زمانی رعایت می شود که حجامت به عنوان یک اقدام پیشگیرانه انجام گیرد و یا بیماری اورژانس نباشد. اما در شرایط اورژانس در هر زمانی حجامت صورت می گیرد.

☑ همچنین برای آسم در کنار انجام حجامت آلرژی از داروهای گیاهی مثل بخور عرق نعناع و تخم گشنیز و خوردن سکنجبین عنصلی نیز استفاده کنید.

نام بیماری:	رژیم غذایی مربوط به افراد دچار تالاسمی مینور	سن بیمار:	۴ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۱۸Cm	وزن بیمار:	۱۸ kg

سؤال ۲۴: با سلام کودکی که دچار تالاسمی مینور است به چه میزان و به چه صورت باید آهن مصرف کند؟ رژیم غذایی او باید به چه صورتی باشد؟

پاسخ ۲۴:

☑ اولاً تالاسمی مینور با فقر آهن ارتباطی ندارد.

☑ ثانیاً براساس آنچه طب جدید می‌گوید تالاسمی مینور هیچ گونه عارضه‌ای برای فرد دربر ندارد و نیازی به درمان ندارد و صرفاً در زمان ازدواج نباید با یک تالاسمی مینور دیگر ازدواج کند تا بچه آنها تالاسمی ماژور نشود.

☑ توصیه می‌کنیم شما اصلاح تغذیه نمایید و برای تقویت بنیه و رفع کم‌خونی اقدامات زیر را انجام دهید:

۱ـ گوشت گوسفند به صورت کبابی هفته‌ای یکبار میل شود.

۲ـ آب آهن تاب مصرف کنید و از کفگیر حسوم در پخت غذاهای خورشتی استفاده کنید.

۳ـ مصرف رب سیب جهت تقویت معده و کبد

نام بیماری:	کم‌خونی	سن بیمار:	۲۹ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۰ Cm	وزن بیمار:	۵۴ kg

سؤال ۲۵: اینجانب چند سالی است که از کم خونی رنج می‌برم و با خوردن قرص آهن رفع نشده است لطفا مرا راهنمایی کنید.

پاسخ ۲۵:

☑ در رفع کم‌خونی باید چند مسئله را مد نظر قرار دهید:

۱ـ آیا پریودهای شدیدی دارید و در هر دوره خون زیادی از دست می‌دهید؟ اگر این طور است بایستی این مشکل در وهله اول حل شود.

۲ـ بایستی وضعیت معده و روده و کبد اصلاح شود تا مواد غذایی لازم را خوب هضم و جذب نماید و خونسازی موثری صورت پذیرد.

۳ـ از مواد غذایی خونساز مانند گوشت گوسفندی بصورت کباب و شیرینی‌های طبیعی مثل عسل، انجیر، خرما و انگور و مویز و شیره انگور و شیره خرما مرتباً استفاده کنید.

۴ـ استفاده از آب آهن تاب: یک تکه آهن را روی آتش حرارت دهید تا سرخ شود سپس داخل آب کنید این کار را چند بار تکرار کنید. سپس این آب را میل کنید.

نام بیماری:	کم‌خونی	سن بیمار:	۲۴ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۵Cm	وزن بیمار:	۵۳ kg

سؤال ۲۶: باسلام. من مدتی هست که احساس گرگرفتگی درپشتم دارم درحالی که قبلاً این طور نبودم به خصوص مواقعی که احساس گرما می‌کنم. پوست دست و پاها و صورتم به زردی می‌زند (قبلاً تا این حد نبود) و بیشتر مواقع سرد هستند و گاهی اوقات گزگز می‌کنند. فکر می‌کنم مشکلات من یه جورایی به هم ربط دارند احساس می‌کنم میزان تعریق بدنم زیادشده. غذاها زودهضم می‌شوند. وقتی می‌خوابم احساس می‌کنم ازهوش می‌روم یاخیلی سنگین می‌شوم طوری که گاهی اوقات بعدخواب سردرد می‌کنم . به نظرم (البته ببخشید) این‌ها نشانه‌های کم خونیه !!؟ اگه حدسم درسته لطفابیسان بفرمایید ازچه موادی بایداستفاده کنم؟

پاسخ ۲۶:

☑ علائمی که بیان کردید بیشتر به افزایش بلغم شبیه است گرچه کم‌خونی هم می‌تواند مطرح باشد.

☑ در درجه اول اگر در عادت ماهانه خونریزی زیادی دارد آن‌را درمان کنید.

☑ از مصرف ماست، دوغ و ترشی و سردیجات بپرهیزید.

☑ اغذیه گرم مثل عسل، خرما، انجیر، کشمش، مویز و ادویه‌جات مثل دارچین، مویز و زنجبیل و ... استفاده کنید.

- ☑ هر روز صبح یک لیوان شیر با شیره انگور و کمی پودر نارگیل و هر روزیک لیوان دم کرده دارچین با عسل میل کنید.
- ☑ برای پاکسازی بلغم هم باید از داروهای زداینده بلغم استفاده نمایید.
- ☑ در صورتی که کم‌خونی ثابت شود علاوه بر غذاهای فوق گوشت گوسفند کبابی و آب آهن‌تاب (یعنی آبی که در آن آهن داغ را چند بار فرو برده‌اید) مصرف نمایید.

پرسش‌های شما

پاسخ‌های حکیم دکتر روانشاده

کلیوی، مجاری ادرار و تناسلی

نام بیماری:	کمی تعداد و بی‌تحرکی اسپرم	سن بیمار:	۳۰ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۹Cm	وزن بیمار:	۸۲ kg

سؤال ۱: سلام وتشکر اینجانب بعد ازمدت ۱ سال از ازدواج با انجام آزمایش اسپرم متوجه نبودن اسپرم در منی خود شدم با انجام آزمایش هورمون نتیجه مطلوب بود و با برداشت نمونه توسط پزشک معالج از بیضه به وجود تعداد کمی اسپرم بدون تحرک پی برده شد (۳ـ۴) اسپرم در بیضه موجود است و تاکنون هرچند وقت هورمونها را باسرم تزریق می‌نمایم و حدود ۱ سال پیش از برخی داروهای گیاهی هم که ترکیبی از عسل میخک شقایق و مهره کمر و... بود استفاده کردم که بی‌فایده بود. تاکنون بعداز ۴سال هنوز بچه‌دار نشده‌ایم و همچنین دچار انزال زودرس هم هستم خواهشمند است اینجانب را راهنمایی فرمایید تا این بیماری به خواست خدا مرتفع گردد. با تشکر

پاسخ ۱:

- ☑ هر روز صبح شیر و عسل میل کنید.
- ☑ پیاز را داخل روغن زیتون سرخ کرده، تخم مرغ محلی را جداگانه بزنید و نمک بپاشید و به پیاز داغ اضافه کنید. هفته‌ای ۳-۲ بار این غذا را میل کنید.
- ☑ مصرف غذاهایی که در آن نخود بکار رفته است مثل آبگوشت و فلافل (تهیه شده با روغن سالم) و مصرف نخودچی کشمش را زیاد کنید.
- ☑ کوکوی میگو درست کنید (میگو، پیاز، تره و تخم مرغ).
- ☑ از مصرف ماست، دوغ، ترشی و همه غذاهای کارخانه‌ای و غذاهای سرد و گوشت گاو بپرهیزید.
- ☑ روغن سیاهدانه به اطراف آلت و بیضه‌ها بمالید.
- ☑ باید بررسی شود اگر غلبه بلغم یا سودا دارید پاکسازی شود و اگر خون غلیظ و سوداوی است از فصد و زالو هم استفاده شود.
- ☑ همچنین مرتب از پسته، بادام و فندق استفاده کنید.

نام بیماری:	انسداد لوله اسپرم بعد از وازکتومی	سن بیمار:	۳۷ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۶Cm	وزن بیمار:	۶۵ kg

سؤال ۲: با عرض سلام و خسته نباشید. اینجانب ۱۰ ده سال پیش لوله‌های خود را بستم. (وازکتومی انجام دادم) یک سال پیش به بیمارستان رفتم و با عمل جراحی لوله را باز کردم. اما وقتی برای آزمایش اسپرم رفتم نتیجه منفی بود. پزشکان گفتند که لوله‌های انتقال دهنده اسپرم مسدود شده‌اند. آیا راهی برای درمان و باروری وجود دارد؟ قبلاً از زحمات شما در این مورد نهایت تشکر را دارم. ممنون.

پاسخ ۲:

☑ درمان شما امکان‌پذیر اما دشوار است.

☑ بدن شما خشک است و نیاز به افزایش رطوبت دارد.

☑ مرتب شیر و عسل میل کنید و روغن حیوانی و شربت عسل زیاد میل کنید.

☑ آش جو همراه با پاچه میل کنید.

☑ جوشانده‌ای از بنفشه و برگ کاهو، جو پوست کنده و برگ ختمی و کدو درست کنید و داخل آن بنشینید.

☑ احتمالاً شما نیاز به فصد و مصرف منضج سودا هم دارید و زالو هم در درمان شما کمک کننده است.

نام بیماری:	بی‌اختیاری ادرار	سن بیمار:	۲۵ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۴Cm	وزن بیمار:	۶۸ kg

سؤال ۳: دختر مجرد ۲۵ ساله‌ای حدود ۳ سال است که نمی‌تواند ادرارش را کنترل کند و گاهاً بصورت قطره‌ای خارج می‌شود. آزمایش ادرار و سونوگرافی داده دارو شیمیایی مصرف کرده نتیجه نگرفته فقط وقتی از خار شتر استفاده می‌کند خوب است و به محض قطع دوباره بیماریش برمی‌گردد لازم به ذکر است که از آب معدنی هم برای بهبود حدود ۱ سال است استفاده می‌کند.

پاسخ ۳:

☑ بی‌اختیاری ادراری دارای چند علت است:

۱ـ به علت ضربه و تصادف.

۲ـ ناشی از مصرف دارو یا غذای ادرارآور مثل خربزه یا قرص‌های تریامترن و ... .

۳ـ افزایش حرارت بصورت غیرطبیعی در مثانه، که علامت آن حرارت کلی مزاج فرد و پررنگی ادرار و بدتر شدن مشکل با خوردن خوراکی‌های با طبع گرم است. که درمان آن مصرف کاهو و تخم خُرفه است.

۴ـ آسیب فقرات کمری و رباطهای مثانه.

۵ـ سستی مثانه یا عضله دور آن بعلت افزایش سردی و رطوبت: علامت آن سفیدی ادرار و عدم سوزش آن و سایر علائم سردی مزاج است. که این علت شایع‌ترین علت است.

☑ کندر، زیره و تخم مورد را آسیاب کرده با عسل مخلوط کنید. (همه ادویه به نسبت مساوی و عسل به اندازه مجموع آنها) هر روز به اندازه ۲ قاشق مرباخوری از این معجون مصرف شود. روغن‌های گرم مثل روغن نارگیل یا سیاهدانه به زیر شکم و پایین کمر بمالید.

نام بیماری:	استفاده از سنگ شکن	سن بیمار:	۲۸ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۵۳ kg

سؤال ۴: اینجانب ۲۸ سال سن دارم و از ۱۰ سالگی سنگ کلیه داشته‌ام که اوایل به صورت شن بود ولی ۱۰ سالی است که کلیه‌ام سنگ بزرگ می‌سازد. ۵ سال پیش یک سنگ ۱۵میل داشتم که با استفاده از سنگ شکن دفع شد. سه سال است که ازدواج کرده‌ام و پشگیری داشتم که بچه‌دار نشوم. بعد از سه سال که قصد دارم به امید خدا بچه‌دار شوم با مراجعه به پزشک و انجام سونوگرافی و سی‌تی‌اسکن متوجه شدم که ۲ تا سنگ ۵-۴ میل در کلیه‌ی سمت راستم و یک شن ۳/۵ میل در کلیه سمت چپم می‌باشد با توجه به این که پزشک مرا از بارداری منع کرده است، تا زمانی که سنگ‌هایم دفع شود، از داروی گیاهی (۴ لیتر عرق طبیعی خار شتر) را در مدت ۲ روز استفاده کرده‌ام ولی نتیجه نداد.آیا سنگ‌شکن کردن مجدد برای کلیه‌ام ضرر ندارد؟

پاسخ ۵:

☑ بهتر است از داروهای گیاهی برای درمان استفاده کنید. برای سنگ کلیه در طب سنتی درمان و دارو وجود دارد.

☑ آش جوجه مرغ محلی، سوپ مرغ محلی با کدو و اسفناج، خوردن مغز خیار بجای میوه، ریشه و تخم کرفس، شوید، پونه، انیسون، سیاهدانه، رازیانه، دارچین، پرسیاوشان، زیره، ولیک، کاکوتی، گل سرخ، صندل، گلنار، خطمی، کلم قمری، انگور سفید، انجیر، بادام تلخ، فندق، زیتون پرورده، تخم ترب سیاه، آلبالو، اسفند، صمغ درخت گردو، انغوزه، آلو سیاه و صمغ بسفایج مفید است.

☑ ضمناً اصلاً ادرارتان را نگه ندارید، مایعات کامل بخورید، تشنگی به خودتان ندهید، به صورت طاقباز نخوابید و همیشه سعی کنید به پهلو بخوابید.

☑ سنگ شکنی با لیزر نیز توصیه نمی‌شود. لیزر یک انرژی خیلی سنگین را به بافت تحمیل می کند که باعث سوختن و صدمه بافتی می گردد، هر چند که لیزر را روی سنگ متمرکز می کنند ولی باعث خونریزی، پارگی رگ و تخریب بافتی می گردد و گاهی هم با عفونت همراه می گردد.

نام بیماری: ضعف اسپرم — سن بیمار: ۵۸ سال
جنسیت بیمار: مرد — وضعیت تأهل: متأهل
قد بیمار: ۱۸۰Cm — وزن بیمار: ۵۴kg

سؤال ۶: باسلام احتراما اینجانب و همسرم ۶ سال است که ازدواج کرده‌ایم ولی تاکنون بچه‌دارنشده‌ایم. ما درسن بالا (۴۳ و۵۳) سالگی و برای اولین بار ازدواج کردیم. ظاهراً من مشکلی ندارم وآزمایشات همسرم بدین قراراست:
Volume 0.7 Appearance normal Viscosity normal Liquefaction 16 Fresh washed Sperm count 16 7 Quik 0 0 Slow 15 30 None 17 15 Immotile 68 55 Morphology 7
خواهشمند است درصورت امکان دستور درمان رابطور کامل ارائه نمایید. باتشکر فراوان

پاسخ ۶:

☑ توجه بفرمایید که درمان نازایی، کاری پیچیده است. برای بارداری زن و مرد هر دو بایستی اعتدال مزاج داشته باشند و تقویت شوند. مخصوصاً که شما در سن بالا ازدواج کرده‌اید.

☑ لذا این توقع که صرفاً با یک سوال اینترنتی و اخذ پاسخ مشکل حل شود انتظاری است که در حوزه طب نابجا به نظر می‌رسد و لکن خدا هرچه بخواهد می کند لذا توصیه‌هایی را که می‌توان بیان کرد اجمالاً عرض می کنیم:

☑ از مصرف سردیجات خصوصاً چیزهای ترش بپرهیزید.

☑ غذاهای گرم مثل خرما، انجیر، زیتون، عسل، پسته، بادام، فندق و گردو و ... میل کنید.

☑ کوکوی میگو میل کنید میگو، تره و پیاز و تخم مرغ را کوکو کنید و هر دو نفر میل کنید.

☑ خانم هر روز یک لیوان عرق رازیانه میل کند و بادکش زیر شکم انجام دهد.

☑ آقا هر روز صبح یک لیوان شیر گاو با عسل میل کنند و هفته‌ای ۳-۲ بار پیاز سرخ شده در روغن زیتون همراه با تخم مرغ محلی میل کنند.

☑ آبگوشت که با نخود و گوشت گوسفند تهیه شده است مرتب میل کنید. حلیم هم بسیار مفید است.

نام بیماری:	کاهش شدید میل جنسی و سستی نعوظ	**سن بیمار:**	۲۹ سال
جنسیت بیمار:	مرد	**وضعیت تأهل:**	متأهل
قد بیمار:	۱۷۷Cm	**وزن بیمار:**	۷۰ kg

سؤال ۷: با عرض سلام و خسته نباشید مدت ۵ سال است که میل جنسی‌ام بسیار ضعیف شده و آلتم بسیار سست نعوظ پیدا می‌کند. ۱ سال و نیم پیش ازدواج کردم و فقط نعوظ کمی بهتر شد ولی دوران عقد بود و محدودیت در انجام امور جنسی داشتم بنابراین دوباره به حالت قبل بازگشتم.اکنون ۴ ماه است که عروسی کرده‌ایم اما میل جنسی‌ام بحدی ضعیف است که انگیزه‌ای برای نزدیکی ندارم و درصورت تحریک شدن توسط همسرم نعوظی سست بمدت کوتاه ایجاد می‌شود بطوریکه نمی‌توان عمل نزدیکی را انجام داد و در صورت اعمال فشار به آن منی بدون نعوظ یا با حالت سست بودن آلت از من خارج می‌شود. لازم به ذکر است که طبع من گرم است و در این مدت از خوراکی‌های خوب و مغذی نیز استفاده کرده‌ام ولی نتیجه‌ای ندیده‌ام. با توجه به اینکه هنوز موفق به انجام امور شب زفاف نشده‌ایم و اهمیت این موضوع و با توجه به ممکن نبودن مراجعه حضوری بدلیل دوری راه لطفا مرا راهنمایی کنید ضمناً همسرم نیز میل جنسی‌اش ضعیف شده و احساس نیاز به انجام فعالیت جنسی ندارد. لطفاً برای او هم تدبیری بیندیشید.(۲۴ سال سن دارد و طبعش سرد است. وزنش ۵۱ کیلو و قدش ۱۵۲ سانت است) با تشکر فراوان از زحمات شما خدا به شما و همکارانتان توفیق دهد.

پاسخ ۷:

☑ ضعف قوای جنسی وشلی آلت علل مختلفی دارد:

۱ـ ضعف عمومی بدن و لاغری: که به دنبال گرسنگی و رژیم غذایی و یا بیماری‌های مزمن ایجاد می‌شود. درمان این نوع با تقویت عمومی بدن با غذاهایی مثل عسل و خرما وانجیر و نخود و گوشت گوسفند و پیاز و تخم‌مرغ می‌باشد.

۲ـ ترک طولانی نزدیکی: دراین شکل نیز مصرف غذاهای مقوی مثل حلیم و کله پاچه و هم چنین همنشینی بیشتر با همسر و ملاعبه به تدریج شهوت را باز می گرداند. شستن آلت با آب نیم گرم و سپس مالیدن شیر گوسفند به آن موثر است.

۳ـ تولید نا کافی نفخ و باد: این عامل می‌تواند ناشی از سردی باشد و یا ناشی از حرارت و خشکی باشد در درمان آن بایستی رطوبت را با استحمام مکرر و روغن مالی آلت ایجاد کنید غذاهای نفاخ مثل نخود و باقلا و شیرتازه با دارچین میل کنید.

۴ـ آسیب اعصاب آلت تناسلی: که می‌تواند به دلیل سرمای موضعی یا استمنا و .... اتفاق بیافتد در این نوع هم روغن مالی آلت و استفاده از غذاهای فوق کمک کننده است.

☑ در مجموع مصرف چند غذا را تأکید می کنیم: آبگوشت، حلیم، کله‌پاچه، پیاز سرخ کرده در روغن حیوانی با تخم‌مرغ رسمی، هر غذایی که نخود دارد، انجیر، خرما، پسته، بادام، فندق، گردو، شیر و عسل

☑ برای همسرتان همین غذاها مناسب است در ضمن ایشان عرق رازیانه و عرق شکوفه سنجد می‌توانند استفاده کنند و از غذاهای سرد مثل ماست و دوغ و ترشی هر دو بپرهیزید.

☑ مسایل روحی و روانی و اضطراب و افسردگی می‌تواند نقش بسیار مهمی داشته باشد از دم کرده گل گاوزبان و سنبل الطیب هر شب استفاده کنید.

☑ آرامش فکری و استراحت کافی و رفع خستگی و دوش گرفتن قبل از نزدیکی بسیار کمک کننده است. در ضمن با شکم پر نزدیکی نکنید.

☑ از ادویه ضد نفخ مثل زیره و نعناع کمتر استفاده کنید.

نام بیماری:	کوچک بودن آلت تناسلی	سن بیمار:	۲۲ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۹Cm	وزن بیمار:	۷۸ kg

سؤال ۸: با سلام خدمت دکتر، مشکل کوچک بودن آلت تناسلی است که با عرض معذرت زمانی که کاملاً سفت شده حدود ۱۰ سانتیمتر می‌باشد این مشکل باعث شده است که ازدواج را عقب انداخته و امکان حضور در مطب را به‌علت طولانی بودن مسیر حدود ۸۰۰ کیلومتر می‌باشد ندارم لطفاً راهنمایی بفرمایید با تشکر.

پاسخ ۸:

- ☑ شما برای ازدواج مشکل خاصی ندارید. با خیال راحت ازدواج کنید. از مقایسه خود با دیگران اجتناب کنید.
- ☑ پس از حمام با یک حوله خشن آلت را بمالید تا سرخ شود و سپس مقداری عسل روی آن بمالید و یک ساعت بعد، آن‌را بشویید.
- ☑ مالیدن روغن زیتون به آلت تناسلی هم موثر است.

پرسش‌های شما
حکیم دکتر روانشاده
پاسخ‌ها

پوست، مو، تناسب اندام و زیبایی

نام بیماری:	جوش صورت مقاوم	سن بیمار:	۲۱ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۴۶ kg

سؤال ۱: سلام آقای دکتر. برای درمان جوش‌های صورتم چند ماهی است که اصلاح تغذیه کردم حجامت هم کرده‌ام عرق کاسنی هم می‌خورم مزاجم هم صفرایی و سودایی است ولی باز هم صورتم جوش می‌زند و پر از لک وجای جوش است واصلاً یکدست وشفاف نیست چی کار کنم که پوستم سالم و شفاف شود خواهش می‌کنم راه حلی را بگویید که صد در صد موثر باشد.

پاسخ ۱:

☑ حجامت‌ها را با فاصله ۲۱ روز سه بار انجام دهید.

☑ یک بار هم حجامت زیر چانه انجام دهید.

☑ در صورت نیاز باید از زالو بعد از حجامت‌ها استفاده شود. در ضمن از ماءالجبن استفاده کنید.

☑ روش تهیه ماءالجبن: یک لیتر شیر را حرارت دهید تا به جوش بیاید، ۳ قاشق سرکه به آن بزنید تا شیر ببرد و شعله را خاموش کنید یکساعت بعد صاف کنید و مایع حاصله را میل نمایید.

نام بیماری:	خارش شدید پوست بدن	**سن بیمار:**	۲۸ سال
جنسیت بیمار:	زن	**وضعیت تأهل:**	مجرد
قد بیمار:	۱۵۹Cm	**وزن بیمار:**	۵۱/۵ kg

سؤال ۲: با سلام: از زمان نوجوانی خارش‌های شدید پوستی رو ساق پاهایم و بعدها روی سینه و کتفم داشته‌ام؛ پوست ناحیه‌ای که خارش دارد به شکل گزیدگی‌های کوچک یا شیارهایی نه به شکل جوش؛ کمی برجسته و صورتی رنگ؛ (شاید اثر خارش باشد) بدون داشتن شکل خاص و منظم در می‌آید و می‌خارد که برای یک تا گاهی چند ماه طول می‌کشد. سال‌هاست که علاوه بر پوست پایم که گاهی یک پا و گاهی دو پاست؛ روی سینه یا پشت کتفم هم دچار خارش شدید می‌شوم؛ حقیقتا در هشتاد درصد موارد یا بیشتر، سمت راست بدنم دچار این عارضه شده است و این نواحی برنامه‌ی مشخصی ندارد، گاهی یک پاست و گاهی فقط سینه،گاهی سینه و کتف؛ گاهی فقط کتف و گاهی همه‌اش که خود بخود هم بعد از مدت‌ها خوب می‌شود ولی زمان خوب شدنشان هم یکسان نیست ولی اگر با هم ظاهر شده باشند با خوب شدن یک ناحیه، انگار این معضل تنزل پیدا می‌کند و ناحیه‌ی دیگر هم خارشش کمتر و کمتر می‌شود و زمان خوب شدنشان به هم نزدیک است. در زمان خارش انقدر خارش دارند که بخاطر خاراندن دچار زخم و خون‌ریزی می‌شود و بخاطر خاراندن و خونریزی جایش لک و زخم می‌شود هیچ علتی از جمله خوردن غذای خاص یا شرایط فصلی و آب و هوایی هم برایش پیدا نشد

چون دوره‌ای منظم یا وابسته به خوراکی یا داروی خاصی نداشته است و با هیچ دارو و پماده‌ی تسکین پیدا نمی‌کند. متخصصان پوست هم گفته‌اند که نمونه‌برداری از پوستم فایده ندارد چرا که هیچ چیزی (لک، جوش) روی پوستم وجود ندارد و در واقع اصلاً مشکلم را جدی نگرفتند. آزمایش‌های هورمونی هم انجام داده‌ام ولی نشان از هیچ مشکل هورمونی‌ای نداشت. پوست بدنم به تشخیص متخصصان پوست خیلی خشک است و موهایم نیز خیلی خشک هستند. بعضی پزشکان این مشکل را به استرس و فشارهای عصبی نسبت می‌دادند ولی این فقط یه فرضیه بود؛ زیرا سالهاست از دوران نوجوانی که همه‌اش مشغول بازی و تفریح بودم تا کنون که سر گرم زندگی و کار و استرس‌های عادی آن هستم، فرقی و تفاوتی به حال این مشکلم نداشته است. حتی پماد ترکیبی هم که با تشخیص متخصصان ساخته شد بی‌فایده بوده و این خارش‌های شدید بهبودی پیدا نکرد. خیلی مشتاقم که این معضل را درمان کنم. از شما خواهشمندم در صورت امکان راه درمان این مشکل را تشریح کنید تا انشاءالله به طور کامل بر طرف شود.

پاسخ ۲:

☑ برای درمان در ابتدا از غذاهای زیر پرهیز کنید. سوسیس، کالباس، کنسرو، نوشابه، آب میوه‌های صنعتی، ماهی دودی، پنیر، گوشت گاو و خرما و ادویه جات تند مثل زنجفیل و سیر و پیاز.

☑ غسل‌های واجب خود را به تأخیر نیاندازید.

☑ از دست راست به روش سنتی باید فصد صورت بگیرد (رگ باسلیق یا اسیلم).

☑ ماءالشعیر طبی و ماءالجبن استفاده کنید تا به بدن شما رطوبت ببخشد. (روش تهیه ماءالشعیر طبی: جو پوست کنده را بپزید تا جو باز شود اما لعاب نیاز ندارد. سپس آن‌را صاف کرده میل کنید ضمناً روش کاملتر در سایت درج شده است) اگر کمی تمرهندی هم به آن اضافه کنید خوب است. روزانه ۳-۲ لیوان از این ماءالشعیر میل کنید. می توانید مقدار زیادی درست کنید و در یخچال و دور از نور آفتاب تا ۵-۴ روز نگهداری و مصرف کنید. روش تهیه ماءالجبن: یک لیتر شیر را حرارت دهید تا به جوش بیاید، ۳ قاشق سرکه به آن بزنید تا شیر ببرد و شعله را خاموش کنید یکساعت بعد صاف کنید و مایع حاصله را میل نمایید.

☑ غذای خود را بیشتر غذاهای آب پز و بخارپز و آبکی مثل آش و سوپ و کاهو و خیار قرار دهید. سرخ کردنی و بریان و کباب هم کمتر مصرف کنید.

☑ حمام زیاد بروید اما در زمان‌های کوتاه، سونا و تعریق برایتان مضر است. بعد یک ماه که اقدامات فوق را انجام دادید مسهل زیر را مصرف کنید. پوست هلیله زرد ۱ قاشق مرباخوری، شاهتره ۱ قاشق غذاخوری، تمرهندی پاک کرده از پوست و هسته ۱۰ عدد جوشانده بعد از ۱۰ دقیقه ۱

قاشق غذاخوری افتیمون را در یک پارچه پیچیده ودر جوشانده داخل کنید بعد از یک جوش فوراً شعله را خاموش کنید تا افتیمون حرارت زیادی نبیند. هر روز یک لیوان از این مسهل را تا یک هفته میل کنید.

☑ مالیدن روغن گل و سرکه با کمی آب کرفس و مقدار کمی بوره ارمنی در حمام بر بدن بسیار مفید است.

نام بیماری:	لک‌های پوستی و خال‌های روی بدن و صورت	سن بیمار:	۴۵ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۸۰Cm	وزن بیمار:	۶۵ kg

سؤال ۳: با توجه به زیاد شدن خال‌ها در سطح بدن و صورت و با مراجعه به متخصص پوست و جواب اینکه اینها ارثی است و با جراحی باید برداشته شود مواجه شدم. اما در سایت شما دیدیم که اینها با ضماد گیاهی برداشته می‌شود لطفاً راهنماییم کنید. با تشکر

پاسخ ۳:

☑ خال‌هایی که از ابتدای ولادت روی بدن وجود دارد علاج ندارد. اما اگر خال خال باشد یا رنگ آن سرخ باشد نباید دستکاری شود. این خال‌ها عروقی است و نباید به آن دست زد. اما خال‌های سیاه و قهوه‌ای که در بدن شما رو به افزایش است ناشی از افزایش خلط سودا در بدن شماست. در درمان

آن هم در ابتدا بایدِ داروهای پاک‌کننده سودا مصرف شود و فصد صورت بگیرد و بعد از ضمادهای گیاهی برطرف کننده خال استفاده شود.

نام بیماری:	خارش کف دست	سن بیمار:	۲۲ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۰Cm	وزن بیمار:	۷۷ kg

سؤال ۴: با سلام خدمت اقای دکتر روازاده آقای دکتر همسر من تقریباً ۳ ماه است که کف دستش شروع به پوسته‌ریزی کرده و خارش شدید هم دارد و حدود یک ماه هم پایش هم شروع به پوسته ریزی (لای انگشتان) کرده است در ضمن همسر من در حال شیردهی به فرزندمان هم می‌باشد با تشکر خدا حافظ

پاسخ ۴:

- ☑ خارش و پوسته‌ریزی ناشی از افزایش خشکی در پوست است. باید بررسی شود که غلبه صفرا یا سودا کدام‌یک وجود دارد. معمولاً سودا غلبه دارد. در این صورت استفاده از فصد بسیار کمک کننده است.
- ☑ از غذاهایی که خون را غلیظ می کند مثل فست فود و عدس و بادمجان و کلم و قارچ و گوشت گاو بپرهیزند.
- ☑ غذا بیشتر سوپ جو و آش جو و کاهو و کدو مصرف شود.
- ☑ خوردن هر روز یک لیوان آب هویج و یک لیوان خاکشیر بسیار موثر است.

☑ برای چرب کردن دست از چربی مرغ که با حرارت آن‌را آب کرده‌اید یا روغن گل‌سرخ یا روغن با طعم شیرین استفاده کنید.

نام بیماری:	استفاده از قرص و کپسول‌های محرک رشد مو	سن بیمار:	۲۶ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۸۵Cm	وزن بیمار:	۸۷kg

سؤال ۵: یکی از آشنایان ۶ ماه است برای درمان ریزش موهایش به توصیه پزشک از کپسول روی zink کپسول آهن fefol و قرص فین پسیا و فیناستراید و ماینوکسیدیل استفاده می کند که کمی بهتر هم شده است ولی باید ۲ سال این نسخه را رعایت کند. آیا ممکن است این داروها عوارضی داشته باشند؟

پاسخ ۵:

☑ حتماً عارضه‌دار خواهد بود. هیچ داروی شیمیایی وجود ندارد که عارضه‌ای برای بدن نداشته باشد. اولاً داروی فیناستراید باعث پرمویی کل بدن می‌شود و ثانیاً می‌تواند به دلیل اختلالات هورمونی که ایجاد می کند باعث ضعف جنسی شود.

نام بیماری:	پوست	سن بیمار:	۲۰ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۵۴Cm	وزن بیمار:	۵۰ kg

سؤال ۶: باسلام. روی دوتا گونه‌هام و روی چونه‌ام قرمزه و گاهی اوقات این قرمزی بیشتر هم می‌شود درضمن جوش‌های قرمز رنگ بزرگ و برجسته و جوش‌های چرکی سفید رنگ هم زیاد میزنم دکترم رفتم اما فایده‌ای نداشت لطفا مرا راهنمایی کنید درضمن برای پوستم چه کرمی را پیشنهاد می‌کنید؟

پاسخ ۶:

☑ از خوردن غذاهای محرک مثل سیر و پیاز و ادویه‌جات و کاکائو و فست فودها بطور کل پرهیز کنید.

☑ یک قاشق خاکشیر در یک لیوان عرق کاسنی و شاهتره ریخته قبل از هر وعده غذا میل کنید.

☑ حجامت عام انجام دهید و بیست روز بعد از حجامت عام حجامت زیر چانه انجام دهید.

☑ هیچ کرم و داروی موضعی فعلاً نیاز ندارید.

نام بیماری: خارش، سوزش و تغییر ظاهر پوست کمر، شانه‌ها و بازوها
سن بیمار: ۲۴ سال
جنسیت بیمار: زن
وضعیت تأهل: مجرد
قد بیمار: ۱۵۷Cm
وزن بیمار: ۴۸ kg

سؤال ۷: با سلام ۹ سال است که پوست بالاتنه، کمر و شانه‌هایم تیره و دون‌دون (تقریبا مثل پوست مرغ) شده است و علاوه بر آن همین قسمت از پوستم جوش‌های ریزی می‌زند (جوش‌ها چرکی نیستند) که باعث خارش پوستم خصوصا در هوای گرم و مواقعی که عرق می‌کنم می‌گردد. بعد از استحمام پوستم شدیدا خشک می‌شود به نحوی که وقتی خم می‌شوم احساس می‌کنم که پوست ناحیه‌ی کمرم دارد ترک می‌خورد اما بعد از چند ساعت پوستم چرب و چرک می‌شود و دوباره خارشش شروع می‌شود ۷-۶ بار دکتر رفته‌ام اما نتیجه‌ای نگرفته‌ام داروهایی که تاکنون مصرف نموده‌ام را برایتان می‌نویسم -آخرین داروی ترکیبی‌ای که به تجویز یک متخصص پوست استفاده کردم تا حدود خیلی کمی بر ظاهر پوستم تاثیر گذاشت - قسمت جلو بالاتنه‌ام با وجودی که به شدت کمرم درگیر این مشکل نیست اما باز هم ظاهر پوست لطیف و طبیعی یک خانوم را ندارد و همین ظاهر پوستم شدیدا مرا آزار می‌دهد. پوست صورت و پاهایم اصلا مشکلی ندارد، همچنین از پوستم به تجویز پزشک نمونه گرفتم که هیچ مورد مشکوکی مشاهده نشد. داروهایی بیشتری استفاده کرده‌ام اما فقط این‌ها را به یاد دارم: کپسول اریترومایسین (چندین بسته‌ی کامل قرص های ویتامین A ،E و ...)

پاسخ ۸:

☑ همانطوری که خودتان هم می‌دانید شما دچار خشکی پوست هستید. درمان آن هم افزایش رطوبت پوست است. مهمترین کار در افزایش رطوبت پوست، تغییر رژیم غذایی است.

☑ بایستی از مصرف غذاهای خشک مثل فست فود و نوشابه و قهوه و کاکائو و چیپس و پفک و ... بپرهیزید.

☑ مصرف برنج را کم کنید.

☑ غذاهای سرخ کرده و کبابی مصرف نکنید.

☑ غذاهای خود را بصورت آب پز و بخارپز میل کنید.

☑ میوه‌ها و سالاد و سبزیجات بیشتر مصرف کنید.

☑ البته سبزی‌های تند مثل تره و شاهی و پیاز و سیر مصرف نکنید.

☑ هر روز یکی دو لیوان ماءالشعیر طبی میل کنید (طرز تهیه آن در سایت درج شده است) و هر روز یک لیوان شیر میل کنید.

☑ عرق کاسنی شاهتره قبل از غذا میل کنید.

☑ همچنین نیاز است که پاکسازی سودا هم برای شما صورت بگیرد که باید منضج سودا مصرف شود و فصد نمایید.

نام بیماری:	بیماری صدف	سن بیمار:	۳۱ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تاهل:	متاهل
قد بیمار:	۱۷۰ Cm	وزن بیمار:	۶۵ kg

سؤال ۹: در حدود چهار سال است که یک لکه کوچک در دست همسرم پیدا شده و به مرور بزرگ و بزرگتر گشت که پس از مراجعه به دکترهای پوست این بیماری را صدف تشخیص داده و گفتند که درمان قطعی ندارد و پس از بهبودی مجدداً عود می‌کند که در عمل نیز همین گونه بود و اکنون این لکه‌ها از جاهای دیگر بدن نیز ظاهر شده است ضمناً حرارت خیلی زیادی از این لکه‌ها خارج می‌شود ۱.علت این بیماری چیست؟۲. آیا هیچ چیزی بغیر از داروی شیمیایی باعث بهبود ان نمی‌شود.۳. چه غذاهایی باعث کند شدن روند ان می-شود و آیا اگر از وازلین برای چرب نگاه داشتن آن استفاده شود ضرری ندارد؟

پاسخ ۱۰:

☑ علت این بیماری ناشی از تجمع سودا در پوست است.

☑ داروهای شیمیایی هم تأثیر موقتی دارد و عوارض هم در پی دارد.

☑ در صورتی که غذاهای سودا را مثل گوشت گاو و غذهای فست فود و نوشابه و ... قطع شود و استرس‌ها کنترل شود کمک شایانی به رفع بیماری می‌شود.

☑ برای چرب کردن موضع بهتر است از روغن کدو استفاده کنید.

☑ در ضمن هر روز از جوشانده زیر استفاده کنید.

☑ پوست هلیله زرد (یک قاشق مرباخوری)، تمرهندی بدون پوست و هسته (۱۰ عدد)، شاهتره (۱ قاشق غذاخوری) اینها را بجوشانید و در انتها یک قاشق غذاخوری افتیمون به آن اضافه کنید تا یک جوش بزند اما مراقب باشید که افتیمون نباید زیاد بجوشد.

☑ هر روز یک لیوان از این جوشانده تا ۲ هفته میل کنید.

نام بیماری:	لکه قهوه‌ای کم رنگ	سن بیمار:	۲۸ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متاهل
قد بیمار:	۱۶۹Cm	وزن بیمار:	۷۳ kg

سؤال ۱۱: همسرم بعد از زایمان دوم برروی کتف چپشان لکه قهوه‌ای کم رنگ کوچکی ایجاد شد که با مراجعه به پزشک پوست و تجویز چند تا پماد و قرص‌های ویتامین درمان حاصل نشد و لک همچنان باقی می‌باشد و پیشرفتی نیز نداشته است درضمن از مدت زایمان ۲ سال می‌گذرد خواهشمند است راهنمائی فرمائید

پاسخ ۱۱:

☑ علت ایجاد این لک قهوه‌ای افزایش سودا در بدن ایشان است. علت این که در شانه چپ ایجاد شده است ارتباط این ناحیه و نزدیکی آن به طحال است که محل ذخیره سودا است. بنابراین درمان مبتنی بر پاکسازی سوداست نه مصرف پمادهای پوستی موضعی.

☑ لازم به ذکر است که در صورت عدم درمان ریشه‌ای سایر عوارض سودا مثل واریس، بواسیر، بدخوابی، بدبینی و وسواس و ... نیز ممکن است نمایان شود.

☑ توصیه می کنیم هر شب ۴۰ عدد مویز را در یک لیوان سرکه انگور طبیعی بخیسانید و صبح مویزها را میل کنید و سپس ۳-۲ قاشق از سرکه هم میل کنید. این کار را تا۲ هفته انجام دهید.

☑ بعد از آن هر روز صبح ۳ لیوان شیر بریده (ماءالجبن) میل شود. روش تهیه شیر بریده به این صورت است که ۴ لیوان شیر را جوشانده بعد ۳-۲ قاشق سرکه به آن بزنید تا شیر ببرد و شعله را خاموش کنید و یک ساعت بعد صاف کنید و مایع حاصله را میل نمایند.

نام بیماری:	لکه‌های باقی مانده بر روی پوست ناشی از آبله مرغان	**سن بیمار:**	۲۵ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۴۷ kg

سؤال ۲: حدود ۲ ماه پیش آبله مرغان گرفتم جای تاول‌ها روی پوست بدنم باقی مانده است به صورت لکه‌های تیره رنگ مانند جای جوش (بدون فرو رفتگی) در دوران بیماری به هیچ وجه تاولها را نخارانده و لکنندم پماد کالامین دی روز اول بیماری برای کم شدن خارش و بعد محلول آن را ۳ روز استفاده کردم قرص آسیکلو ولد ۱۰ روز مصرف کردم دوران بیماری تا خشک شدن کامل تاول‌ها و ریختن آن‌ها ۱۲ روز طول کشید در ضمن من پوست تیره دارم و حساس در دوران بیماری ۳ دفعه حمام رفتم و فقط با شامپو بچه بدنم را شستم در ضمن حساسیت شدید به شهد گل‌ها دارم و واکسن حساسیت ۱۰ روز یکبار که در کلینیک حساسیت تهران برایم تجویز شده استفاده می‌کنم برای از بین رفتن لکه‌های پوست بدنم چه کار کنم (روی پوست صورتم تاول نزده)

پاسخ ۱۲:

- ☑ ای کاش در زمان ابتلا به آبله مرغان حجامت می‌کردید و از عرق کاسنی شاهتره و خاکشیر استفاده می‌کردید.
- ☑ با توجه به ابتلا به آلرژی و لک‌های تیره پوستی شما نیاز به پاکسازی سودا دارید.
- ☑ نیازی نیست که این قدر خودتان را رنج دهید و مرتباً آمپول ضد حساسیت مصرف کنید.
- ☑ با انجام حجامت آلرژی و مصرف داروهای مربوطه هر دو مشکل شما قابل حل است، هم لک‌های پوستی و هم آلرژی.
- ☑ هر روز صبح ۳ لیوان شیر بریده میل کنید. یک لیتر شیر را جوشانده و در حال جوشیدن ۲ قاشق سرکه و نصف استکان سکنجبین اضافه کنید تا شیر ببرد و پس از یک ساعت آن‌را صاف کنید. هر نیم ساعت یک لیوان میل کنید و قدم بزنید.
- ☑ این کار را ممکن است تا چند ماه نیاز باشد انجام بدهید. داروهای موضعی به تنهایی کافی نیست.

نام بیماری:	اگزما، خارش و به جا ماندن اثر جوش‌ها	سن بیمار:	۲۴ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۳Cm	وزن بیمار:	۵۵ kg

سؤال ۱۳: با سلام و تشکر بنده دارای طبع صفرایی هستم و در ۵ ماه گذشته چهار بار حجامت (دو تا حجامت کبد) انجام داده‌ام. به مدت ۲ ماه است که توصیه‌های شما در مورد آب، نمک و روغن و سایر موارد را کاملاً اجرا می‌کنم و شربت خاکشیر و اسفرزه و نیز کاسنی و شاطره و سکنجبین هم استفاده می‌کنم. مشکل اگزمای شدیدم تا حد زیادی مرتفع شده اما هنوز در ناحیه لب‌ها و پره بینی و پلک چشم این مشکل را به همراه خارش در این نواحی دارم و نیز در ناحیه ساق دست‌ها خارش نسبتا زیادی دارم و جوش‌هایی می‌زند که اثراتش از بین نمی‌رود و باعث کدر شدن پوستم شده‌است.جای جوش‌ها در صورتم هم همین مشکل را ایجاد کرده است. به خصوص هنگام استحمام و بعد از آن تا یک روز با اینکه اصلا صابون و یا چیز دیگری به پوستم نمی زنم حتی با وجود شستشوی ساده با آب به شدت پوست صورتم دچار خارش می‌شود و حالت اگزمایی بروز می‌کند که مجبور می‌شوم از کرم اگزما که داده بودید و نیز روغن بنفشه استفاده کنم. با شرایطی که توصیف شد برای درمان قطعی این مشکل چه باید بکنم؟ و نیز آیا از کرم زیبایی شما در این شرایط می‌توانم استفاده کنم و به چه صورت؟

پاسخ ۱۳:

☑ ۲ لیتر شیر را بجوشانید در حین جوشیدن ۲ قاشق سرکه و نصف استکان سکنجبین به آن اضافه کنید تا شیر ببرد و حالت پنیری پیدا کند. شعله را خاموش کنید یک ساعت بعد صاف کنید و آب حاصله را میل کنید.

☑ این کار را هر روز ناشتا انجام دهید. سایر دستوارت قبلی را هم ادامه دهید. فعلاً از کرم زیبایی استفاده نکنید.

نام بیماری:	زگیل اطراف ناخن‌ها	سن بیمار:	۲۱ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۷۱Cm	وزن بیمار:	۶۳ kg

سؤال ۱۴: حدود یک سال است که دور ناخن‌هایم زگیل‌های سختی زده است. پزشک داروی uofilm برایم تجویز کرد. پس از استفاده زگیل‌ها مجدد درآمده‌اند. اهل تهران نیستم و مراجعه به مطب برایم دشوار است. لطفاً راهنمایی کنید.

پاسخ ۱۴:

☑ بروز زگیل‌های مختلف و متعدد و مکرر ناشی از افزایش سودا در خون شماست. بایستی با استفاده از داروهای ضد سودا (مثل منضج سودا، مصفای خون و ...) بدن را از سودا پاک کنید. اگر به این داروها دسترسی ندارید فعلاً سکنجبین هر روز یک لیوان بخورید و جوشانده، گل گاوزبان، سنبل الطیب و استخودس و بادرنجبویه روزی یک لیوان میل کنید.

☑ از غذاهای صنعتی و سودازا مثل سوسیس و کالباس و کنسرو نوشابه و پیتزا و سس و گوشت گاو، عدس و بادمجان و کلم بپرهیزید. یک بار هم فصد کنید.

نام بیماری:	نداشتن ناخن‌های شاداب و خشکی بیش از حد ناخن‌ها	سن بیمار:	۲۷ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۷۴Cm	وزن بیمار:	۷۲ kg

سؤال ۱۵: من ناخن‌های شادابی ندارم و این مسئله مرا رنج می‌دهد.به طوری که ناخن‌ها مقداری خشک و رنگشان مقداری به سفیدی می‌گراید و زیر بعضی از ناخنهایم لکه‌های ریز سفید دیده می‌شود. در قسمت انتهای ناخنها نیز مقدار کمی ورم وجود دارد به طوری که ریشه‌ی ناخنها بالا آمده و فرم ناخنها را زشت کرده است.بالا آمدگی که در قسمت انتهای ناخن وجود دارد دارای پوست بسیار حساسی است که با کوچکترین بر خورد اشیا خراش برمی‌دارد. در ضمن من با توجه به اطلاعاتی که از سایت در مورد مزاجها گرفتم حدس می‌زنم مزاجم گرم و خشک باشد.لاغر هم هستم.چشمانم مقداری زرد هستند. یک بار هم حجامت کردم.

پاسخ ۱۵:

☑ باید بررسی شود احتمالاً نیاز به مصرف منضج بلغم داشته باشید. فعلاً مرتباً شربت عسل هر روز میل کنید.

☑ اگر دسترسی دارید دوای بلغم تهیه کنید و صبح ناشتا و شب موقع خواب به اندازه یک فندق از آن میل کنید.

☑ مقداری تخم شنبلیله و تخم کتان را کوبیده با عسل مخلوط کنید و روی ناخنها ببندید.

نام بیماری:	لاغری	سن بیمار:	۳۴ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۴Cm	وزن بیمار:	۵۰ kg

سؤال ۱۶: دچار لاغری در اندام‌ها و صورت هستم. مثل پدرم عصبی‌ام (زود از کوره درمیرم) و برخلاف ایشان که دارای اعتماد به نفس بالایی هستند، دارای استرسی زیادی در بعضی کارها مثل سخنرانی یا صحبت در جلسات کاری خاص یا حتی مسابقات ورزشی هستم بصورتی که دچار اسهال (شرمنده) و دلدرد می‌شوم. البته وضعیت شکمم ماجرایی است (بعضی وقت‌ها عادی کار می‌کند بعضی وقت‌ها شل و سفت میشه) مخصوصاً وقتی شیر می‌خورم. قبل از سن بلوغ (۱۷ سالگی) صورتم کاملاً پر بود و بعد از آن کم‌کم لاغر شدم . وزنم همیشه بین ۵۰ تا ۵۲ در نوسان است بیشتر روی ۵۲ دور میزنه . سابقه کم کاری تیروئید در خانواده داریم (مادر و خواهرم) . یادم هست دو سال پیش تست (تی اس اچ) من ۵ بود. خواهشمندم کمکم کنید تا انشاالله وضعیت جسمیم تغییر کند. (راستش تصمیم گرفتم ۳۰۰ ساله بشم، انشاالله).البته اگه تا حالا سرطانی یا چیزی مثل این نگرفته باشم

پاسخ ۱۶:

☑ لاغری شما می‌تواند از افزایش صفرا و سودا باشد.

☑ اگر علائم حرارت در بدن خود نمی‌یابید بایستی از داروهای ضد سودا مثل جوشانده گل گاوزبان و سنبل الطیب و بادرنجبویه هر شب استفاده کنید.

☑ انجیر و پونه را بطور روزانه مصرف کنید.

☑ حداقل روزی ۷ عدد انجیر و ۲۱ عدد مویز میل کنید.

☑ روزانه ۳-۲ قاشق کنجد میل کنید و یا از ارده همراه با شیره، انگور و یا عسل استفاده کنید.

☑ خوردن شیر با شیره انگور و کمی مغز بادام آسیاب شده بسیار کمک کننده است.

نام بیماری:	چروک زیر چشم	سن بیمار:	۲۹ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۵۴ kg

سؤال ۱۷: برای از بین بردن چروک زیر چشم باید چکار کنم؟

پاسخ ۱۷:

☑ برای رفع چروک زیر چشم باید غذاهای صنعتی را کنار بگذارید از میوه و سبزیجات استفاده کنید و غذاهای آبکی مثل آش جو که می‌تواند رطوبت پوست را زیاد کند استفاده نمایید.

☑ پس از پاکسازی عمومی بدن با منضجات و مسهلات مربوطه استفاده از زالوی موضعی می‌تواند کمک کننده باشد.

نام بیماری:	مشکل پرموئی	سن بیمار:	۲۱ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۵Cm	وزن بیمار:	۵۴ kg

سؤال ۱۸: با سلام و خسته نباشید.از مشکل پرمویی رنج می‌برم. با استفاده از مطالب موجود در سایت مدتی از نوره استفاده کردم اما به دلیل بوی بدی که دارد سریعا دچار دل درد و حالت تهوع شدید می‌شوم. استفاده از این ماده برایم مشکل است.به نظر شما راه درمان دیگری برای این مشکل وجود دارد؟ لطفا راهنمایی کنید

پاسخ ۱۸:

☑ برای درمان بایستی در صورتی که اختلالی در پریودها دارید اصلاح شود.

☑ در صورتی که حرارت کبد زیاد است از عرق کاسنی، شاهتره همراه با اسفرزه استفاده کنید.

☑ در زمان استفاده از نوره، ابتدا کمی مرزنجوش را در گلاب بجوشانید و صاف کنید سپس این مایع را کم کم به نوره اضافه کنید این کار باعث می شود بوی ناخوشایند نوره کمتر شود و برایتان قابل تحمل گردد.

نام بیماری:	خارش جلوی سر	سن بیمار:	۲۹ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۷۰ kg

سؤال ۱۹: باسلام دلیل خارش جلوی سر چه می‌باشد از خیلی از شوینده‌ها استفاده کردم ونتیجه‌ائی نگرفتم لطفاً راهنمائی فرمائید.

پاسخ ۱۹:

☑ شما دچار افزایش سودا شده‌اید. رسوب سودا در پوست باعث لکه‌های پوستی شده است. همچنین موهای زائد از همین جهت است.

☑ یکی از داروهای بسیار مفید برای شما آب پنیر است.روش تهیه: ۲ لیوان شیر را بجوشانید و در حال جوش یک قاشق سرکه خانگی به آن بزنید تا شیر ببرد. شعله را خاموش کنید و یک ساعت بعد آنرا صاف کنید و مایع حاصله را آب پنیر می گویند.

☑ هر روز صبح ناشتا این آب پنیر را میل کنید. این درمان را ممکن است لازم باشد تا ۶ ماه مصرف کنید.

☑ شبها مالیدن مخلوط سرکه و گلاب به کف سر و ماندن آن تا صبح نیز نافع است.

نام بیماری:	وجود جوش‌های چربی و چرکی بسیار روی بینی، پشت گردن و پشت بدن	سن بیمار:	۲۲ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۰۱Cm	وزن بیمار:	۱۸۳ kg

سؤال ۲۰: بنده علی‌رغم درمان‌های بسیار هنوز از داشتن جوش‌های بسیار زیاد بر روی بینی، پشت گردن و پشت بدن رنج می‌برم. بنده با توضیحاتی که شما در مجموعه سخنرانی‌هایتان در بسته‌ی اسلام وسلامت (۱) ایراد نمودید به این نتیجه رسیدم که دموی مزاج هستم. علائمی که دارم بدین شرح است:

۱- بسیار گرمایی و بسیار پوست چربی دارم.

۲- زمانی که به جوشهایم دست می خورد حالت عصبی به این جانب دست می دهد.

۳- هر ۴یا ۵ روز یکبار پوستم خارش پیدا کرده و کهیر میزنند.

۴- میل به غذا خوردن در بنده بسیار زیاد است.

۵- میل زیاد به غذاهای تند دارم.

در ضمن بنده در سن ۱۳ سالگی به علت عارضه‌ی ریوی جراحی شدم که الحمد لله بهبود یافتم.اینجانب ۶ یا ۷ بار طی ۲ سال گذشته حجامت نیز کردم.

بنده مدتی نیز داروهای شیمیایی اثم از آنتی بیوتیک‌ها و... نیز استفاده کردم اثری ۱ ماهه داشت ولی دوباره به حالت قبلی برگشت.

از درمان آن قطع امید کرده بودم که سخنرانی جناب عالی را دیدم. آیا واقعا میشود از شر این جوشها راحت شد چون همیشه پشت بنده ولباسم خونیست نماز خواندن نیز بسیار مشکل شده چون باید برای هر بار نماز خواندن پراهنم را عوض کنم خواهشا کاری برایم بکنید.

پاسخ ۲۰:

☑ شما دچار تجمع فراوان مواد زائد و فضولات در بدن هستید لذا باید حجم غذای خود را کم کنید.

☑ غذاهای چرب و تند و فست فود در بدن شما تبدیل به صفرا و باعث جوشش بیشتر خون می گردد.

☑ غذاهای سبک‌تر و سهل الهضم مثل آش جو مصرف کنید.

☑ باید حرارت کبد را با خوردن عرق کاسنی و شاطره (یک لیوان قبل از هر غذا) را کاهش دهید.

☑ مصرف سکنجبین و خاکشیر هم بسیار کمک کننده است.

☑ حجامت را در زمان‌های مناسب (۱۲ تا ۲۱ هر ماه قمری) انجام دهید، ماهی یکبار تا سه نوبت.

☑ فراموش نکنید که پیامبر اعظم (ص) فرمودند معده خانه بیماری‌هاست و پرهیز راس همه درمان‌هاست.

☑ بنابراین اگر در سیر درمان خود پرهیز را رعایت نکنید درمان شما بی‌فایده است.

نام بیماری:	صاف کردن باسن برجسته و قد	سن بیمار:	۱۹ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۷۰Cm	وزن بیمار:	۱۶۶ kg

سؤال ۲۱: یک سوال تناسب اندام هم دارم باسن و رانهای بزرگی دارم می‌خواهم بدانم چگونه کوچک می‌شود؟

پاسخ ۲۱:

☑ شما اضافه وزن ندارید و بایستی از داروهای موضعی (ژل لاغری) همراه با بادکش استفاده کنید.

☑ همچنین برای تناسب اندام بجای استفاده از روغن‌های صنعتی از روغن‌های سالم استفاده نمایید، مصرف خوراکی روغن شحم گاو نیز بسیار موثر است.

☑ سعی کنید ورزش‌هایی که اثرات موضعی دارند را نیز انجام دهید، همچنین ورزش‌هایی که زمان طولانی‌داشته باشد اما به‌آهستگی انجام شوند مثل پیاده‌روی‌های طولانی یا کوهپیمایی موثر هستند.

نام بیماری:	تیرگی رنگ پوست	سن بیمار:	۲۰ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۱Cm	وزن بیمار:	۵۳ kg

سؤال ۲۲: به مدت ۱ سال است که پوست صورتم کبود و برافروخته و بسیار تیره شده است. از کرم ضد افتاب راسن و صابون بابونه برای شستشوی صورتم استفاده می‌کنم. به چه علت رنگ پوستم کبود و برافروخته می‌شود؟ لطفاً برای بر طرف کردن این مشکل مرا راهنمایی بفرمایید. التماس دعا

پاسخ ۲۲:

☑ شما دچار غلبه سودا هستید. باید در اولین فرصت فصد کنید.

☑ یک قاشق خاکشیر و سه قاشق سکنجبین را در یک لیوان عرق کاسنی و شاطره بریزید و مخلوط حاصل را نیم ساعت قبل از هر غذا میل کنید.

☑ از مصرف غذاهای کارخانه ای مثل سوسیس و کالباس و پیتزا و نوشابه و گوشت گاو و عدس و بادنجان و کلم بپرهیزید.

☑ اگر مدتی از غذاهای آبکی مثل سوپ جو یا آش جو یا آش آبغوره استفاده کنید تاثیر بسیار خوبی خواهید دید.

نام بیماری:	صدف	سن بیمار:	۲۹ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۸۵Cm	وزن بیمار:	۹۵ kg

سؤال ۲۳: به مدت ۵-۶ سال است که به بیماری صدف مبتلا شده‌ام متاسفانه هیچکدام از روش‌های درمانی متداول موثر واقع نگشته‌اند در ضمن من به نوع شدید این بیماری مبتلا گشته‌ام و علائم آن شامل خارش شدید ایجاد زخم در پوست سر و ریزش چندین تار مو از یک نقطه خواهشمند است اینجانب را راهنمایی فرمایید به علاوه آیا عادات تغذیه و یا آب و هوا نقشی در تشدید این بیماری دارند بعضی از متخصصان پوست علت بیماری من را دلایل ژنتیکی تشخیص داده‌اند.

پاسخ ۲۳:

☑ غذا و آب و هوا و حتی استرس‌ها به شدت بر بیماری شما موثر است. باید مدتی از غذاهای کاملاً ساده مثل آش جو و

یا کاهو بدون سس استفاده کنید و غذاهای سرخ کرده و فست فود و تنقلاتی مثل چیپس و پفک و کاکائو به هیچ عنوان مصرف نکنید. این بیماری با داروهای طب سنتی و انجام چند مرحله فصد کاملاً قابل درمان است.

☑ درمان‌های موضعی کافی نیست بلکه غلظت خون و سودای موجود در خون شما باید رفع شود.

☑ استفاده از کامپیوتر، تلویزیون و موبایل را هم محدودتر کنید.

☑ فعلاً یک قاشق خاکشیر در یک لیوان عرق کاسنی و شاطره بریزید و قبل از هر غذا میل کنید و برای تکمیل درمان نیز نزد پزشک متخصص طب سنتی مراجعه کنید.

نام بیماری:	روش درمان ترک پا	سن بیمار:	۳۴ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۸Cm	وزن بیمار:	۶۵ kg

سؤال ۲۴: بیماری خاصی ندارم. اما این ترک پا در خانواده‌ی ما تقریباً ارثی است.

پاسخ ۲۴:

☑ ترک پا نشانه‌ای از غلبه خشکی به بدن شماست. از غذاهای رطوبت بخش بیشتر استفاده کنید.

☑ ضمناً پیه داخل شکم مرغ یا مرغابی و اردک را روی شعله ملایم آب کنید. هر شب با این روغن پا را چرب کنید.

☑ در صورتی که علائم افزایش صفرا یا سودا وجود داشته باشد باید جداگانه درمان شود.

نام بیماری:	درمان جوش سر سفید در گوشه چشم	سن بیمار:	۲۷ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۰Cm	وزن بیمار:	۶۱ kg

سؤال۲۵: با سلام من حدود ۲ سال هست که در گوشه چشم چپم یک جوش سفید بوجود آمده که بعضی مواقع قرمز و بزرگ می‌شود، لطفا برای درمان مرا راهنمایی کنید.

پاسخ ۲۵:

☑ در درمان هر گونه بثورات پوستی معمولاً نیاز است که اصلاح خون و کبد صورت گیرد.

☑ بنابراین انجام حجامت و خوردن عرق کاسنی و شاهتره و داروهای تصفیه کننده خون مفید است.

☑ سپس می‌توانید از مالیدن روغن شوید به ضایعه‌فوق استفاده کنید.

نام بیماری:	ریزش موها	سن بیمار:	۲۱ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۵Cm	وزن بیمار:	۶۵ kg

سؤال ۲۶: با سلام آقای دکتر من موهای خوبی دارم ولی نمیدونم چرا کم‌کم شروع به ریزش کردماند.البته فقط‌جلوی موهام، موهام خیلی لخت و خوب هستن. من هفته‌ای یک بار نزدیکی می‌کنم و به خاطر ورزشکار بودنم، توانایی ارضا شدن ۳ بار پشت سرهم را دارم، البته مدت کوتاهیه سیگار می‌کشم. ماهی ۳ یا ۴ بار کتیرا میزنم خیلی کم، از ژل هم اصلا استفاده نمی‌کنم.موهای چربی دارم.۳ روز یک بار حمام میروم. می خواستم ببینم چیکار کنم که ریشه موهام سفت بشوند.دواهای خوراکی بیشتر دوست دارم بخورم تا اینکه حنا بمالم. نظر شما چیه آقای دکتر؟

پاسخ ۲۶:

☑ ریزش مو علل مختلفی دارد. برای تشخیص دقیق مزاج و عامل بیماری‌زا باید تحت بررسی دقیق‌تر قرار بگیرید. اما چند نکته را رعایت کنید:

۱ـ حتماً بین دوبار نزدیکی غسل انجام دهید و بدون غسل مجدداً نزدیکی نکنید.

۲ـ نزدیکی مکرر باعث ضعف بدن می گردد. خون و به تبع آن مواد غذایی متوجه دستگاه تناسلی می‌شود و خون‌رسانی به سر و ریشه موها کم می شود.

۳ـ سیگار خون را غلیظ می کند و خون‌رسانی و تغذیه ریشه موها را مختل می‌سازد.

۴ـ هر روز انجیر و مویز و بادام میل کنید.

۵ـ از روغن بادام شیرین جهت ماساژ کف سر و حالت دادن مو استفاده کنید.

پرسش های شما
حکیم دکتر روانشاد
پاسخ ها

بیماری های گوناگون و سؤالات متفرقه

نام بیماری:	سنگینی خواب	سن بیمار:	۳۰ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۷۲Cm	وزن بیمار:	۸۵ kg

سؤال ۱: آقای دکتر مدّت ۲ سال است که صبح‌ها نمی‌توانم از خواب بیدار شوم و وقتی زنگ ساعت به صدا درمی‌آید ۳ حالت اتفاق می‌افتند: یا اصلا بیدار نمی‌شوم - یا صدای زنگ با خوابی که می‌بینم قاطی می‌شود- یا صدای زنگ را می‌شنوم ولی بدنم به قدری سنگین است که نمی‌توانم از رختخواب بلند شوم. لطفاً کمکم کنید چون این مسئله باعث شده اکثر روزها به دلیل قضا شدن نمازم از خودم بیزار باشم.

ضمناً به نظرم دموی مزاج هستم ولی ویژگی‌هایی از سایر مزاجها را نیز دارم.

پاسخ ۱:

☑ سنگینی خواب بعلت افزایش غلظت خون و یا رطوبت زیاد مغز می تواند باشد.

☑ در صورتی که ناشی از غلظت خون باشد با حجامت و یا فصد بهتر می‌شوید.

☑ اما اگر بعلت افزایش بلغم و رطوبت مغز باشد، مصرف هر شب یک لیوان عرق استخدوس و همچنین جویدن کندر (به اندازه یک نخود به مدت نیم ساعت هر روز) باعث کاهش رطوبت مغز و رفع خواب‌آلودگی می‌شود.

نام بیماری:	عرق زنیان	سن بیمار:	۳۷ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۸Cm	وزن بیمار:	۷۱ kg

سؤال ۲: لطفاً در مورد خواص گیاه زنیان و عرق آن بفرمایید و اینکه شنیده می‌شود آنتی بیوتیک بسیار قوی است آیا برای عفونتهای تناسلی زنان هم می‌توان از آن استفاده نمود یا خیر؟

پاسخ ۲:

☑ زنیان در درجه سوم گرم و خشک، این گیاه خاصیت خشک‌کنندگی دارد بنابراین می‌تواند خواص آنتی‌بیوتیکی داشته باشد. همینطور بادها را تحلیل می‌برد و رفع نفخ می‌کند. چرک و خلط سینه را برطرف می کند و گرفتگی ها را باز می کند شکم را نرم می کند. برای رفع دل پیچه و نفخ و گاز شکم بسیار مفید است. همچنین جهت رفع سکسکه و تهوع و استفراغ و ترش کردن و آروغ بدبو مفید است. به هضم غذا کمک می کند و رفع بی‌اشتهایی مفید است.

برای کسانی که به علت سردی دچار احتباس ادرار شده‌اند و یا سنگ کلیه مفید است. عرق آن هم در رفع نفخ و تقویت اشتها و بیماری های اعصاب و مغز مفید است.

☑ خوردن زنیان همراه سکنجبین برای امراض رحم مفید است. مقدار مصرف آن حداکثر ۱۰ گرم در روز است. زیاد خوردن آن باعث تاری دید و زردی بدن می شود و شیر زنان شیرده و منی را کم می کند.

نام بیماری:	خواب رفتگی پا و ضعیفی دست	سن بیمار:	۲۸ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۶۰ kg

سؤال ۳: هنگام خوابیدن پاهای من بی قرار می‌شود و دوست دارم شیء‌ای سنگین بر روی آنان قرار دهم این وضعیت بیشتر هنگام خستگی یا ناراحتی‌های فکری تشدید می‌شود و این حالت همیشگی نیست و مادرم نیز بی‌قراری پا دارند. دستانم نیز ضعیف است و وقتی چیز سنگینی مثل نوزادی را بغل می‌کنم ضعف می‌رود و هنگام فعالیت‌ها و ورزش‌های دست زود خواب می‌روند و در هنگام کار و فعالیت زودتر از بقیه خسته می‌شوم و گاهی اوقات احساس می‌کنم قلبم هُرهُر می‌ریزد. من هیچ دارویی مصرف نمی‌کنم و نه بیماری دیگری دارم و هرگز عمل جراحی نکرده‌ام. اخیراً آزمایش تیروئید هم داده‌ام و مشکلی نداشتم.

پاسخ ۳:

☑ شما دچار غلظت خون هستید. این غلظت باعث می‌شود گردش خون در دست و پا در عروق باریک به کندی صورت بگیرد و مواد زائد که باید از طریق رگ‌ها از اندام‌ها تخلیه شود، در اندام باقی می‌ماند لذا اساس درمان برای شما پاکسازی و اصلاح خون و کبد و همینطور پرهیز از غذاهای غلیظ می‌باشد.

نام بیماری:	حجامت	سن بیمار:	۳۱ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۹۰Cm	وزن بیمار:	۸۳ kg

سؤال ۴: من تاکنون ۲ بارحجامت کرده‌ام به فاصله ۱سال که هردو بار موقتاً به بیهوشی کامل رفته‌ام خون من قرمزتیره می‌باشد و حجامت کننده اعلام کرد که طبع من سودا می‌باشم آیا راهکاری برای جلوگیری از این وضعیت وجود دارد؟ مثلا قبل ازحجامت چیزی مصرف نمایم؟آیا راه ساده‌ای برای شناسایی طبع وجود دارد؟

پاسخ ۴:

☑ در هنگام گرسنگی حجامت نکنید. بعد از مصرف غذا ۳-۲ ساعت صبر کنید تاغذا هضم شود.

☑ یک لیوان سکنجبین میل کنید، از فعالیت زیاد و ورزش سنگین، استحمام طولانی، استخر و سونا و جماع و نزدیکی قبل از حجامت بپرهیزید.

☑ برای تقویت قلب خود از دم کرده گل گاوزبان ، دارچین یا گلاب استفاده کنید.

☑ درضمن شناسایی طبع سخت‌ترین کار در طب سنتی است که بایستی توسط طبیب حاذق صورت گیرد.

نام بیماری:	عام	سن بیمار:	۳۴ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۸Cm	وزن بیمار:	۶۵ kg

سؤال ۵: یک برنامه‌ی غذایی هفتگی سالم ویژه‌ی فصل تابستان می‌خواستم.

پاسخ ۵:

☑ در ماه‌های گرم سال بهتر است صبح ناشتا آب خنک میل کنید. وعده ناهار را سعی کنید غذای پختنی میل نکنید.

☑ آب‌دوغ خیار، نان با کاهو و سکنجبین، نان و طالبی . خربزه و گرمک ناهار مناسبی است.

☑ استفاده از آش دوغ، آش انار، آش سماق مناسب است.

☑ از مصرف غذاهای گرم و پر ادویه، خورش‌های گرم مثل فسنجان و خرما و غذاهای غلیظ و سنگین و دیر هضم مثل کله پاچه و حلیم بپرهیزید.

☑ تخم مرغ را هم به صورت نیم پز و عسلی میل کنید.

☑ از میوه‌های تابستانی و سبزی‌های خنک مثل کاسنی، خرفه، گشنیز، اسفناج و کاهو بیشتر بهره ببرید.

نام بیماری:	خواب سنگین و زیاد	سن بیمار:	۲۸ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۷۰Cm	وزن بیمار:	۶۸ kg

سؤال ۶: من در مورد تغذیه خودم و اعضای خانواده تمامی مواردی که شما می فرمایید رعایت می کنیم ولی خواب من در طول شبانه روز زیاد است من دانشجو هم هستم ولی حتی شب امتحان هم نمی توانم بیدار باشم و خواب سنگینی هم دارم. برای رهایی از این مشکل راهنمایی بفرمایید.

پاسخ ۶:

☑ خواب زیاد ناشی از افزایش رطوبت مغز است و می‌تواند به علت افزایش بلغم یا افزایش خون حادث گردد. اگر این خواب در فصل بهار افزایش می‌یابد و در طول روز خمیازه می کشید و بدن را کش و قوس می‌دهید، این مشکل ناشی از افزایش خون است که با حجامت برطرف می شود.

☑ اما اگر گرم مزاج نیستید و در خواب آب دهانتان جاری می‌شود و سردی‌ها باعث اذیت شما می‌شوند باید سردی‌هایی مثل ماست و دوغ و کاهو را ترک کنید و از ادویه جات مثل دارچین و زنجبیل استفاده کنید. هر روز ۱-۲ ساعت کندر بجوید (توجه کنید جویدن کندر در این مورد موثر است نه بلعیدن آن)

نام بیماری:	طبعم برگشته و خیلی گرم و داغ هستم	سن بیمار:	۴۰ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۸۰ kg

سؤال ۷: حدود دوسال است که رژیم شما را اجرا می‌کنم. طبعم برگشته است و خیلی داغی و حرارت دارم به‌طوری که احساس می‌کنم قلبم از دهان بیرون می‌آید. سینه‌ام می‌گیرد و حالت تنگی برای به وجود می‌آید. خواهشمندم مرا راهنمایی فرمایید. زیرا سال‌های قبل به این شکل نبوده‌ام. لطفا مرا ارشاد فرمایید. خدا نگهدارتان و امید است با کوشش و تلاش شما دست پنهان استعمار از رژیم غذایی این مملکت قطع گردد.

پاسخ ۷:

☑ در فصل تابستان بایستی غذاهای سبک وسهل الهضم مصرف کنید چرا که در فصل گرم دستگاه هاضمه ضعیف می‌شود.

☑ در این ماه‌های گرم نباید از غذاهای سنگین استفاده کرد. خصوصاً وعده ناهار را سعی کنید یا حذف کنید و یا غذای خیلی سبک مثل آبدوغ خیار و نان و سالاد و کاهو، نان و خیار و سرکه و استفاده کنید غذاهای چرب در زمانی که حرارت کبد بالاست تبدیل به صفرا می‌شوند و در نتیجه حرارت بدن را بالا می‌برد.

☑ میوه‌های تابستانی مثل هلو و زردآلو و طالبی و گرمک و کاهو و خیار را بیشتر میل کنید.

نام بیماری:	ضد حشرات خانگی	سن بیمار:	۲۹ سال
جنسیت بیمار:	زن	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۰Cm	وزن بیمار:	۶۷ kg

سؤال ۸: با سلام لطفا بفرمایید بجـای اسـتفاده از حـشره کش‌های شیمیایی از چه روش یا ماده طبیعی برای ریـشه‌کـن کردن سوسک‌های منزل می‌توان استفاده کرد؟

پاسخ ۸:

☑ دود کـردن بابونـه، سـیاهدانه، آویـشن و مرزنجـوش باعـث گریزاندن حشرات می‌شود.

☑ پاشیدن آب جوشانده شاخه‌های زیتون در منزل نیز همین اثـر را دارد.

نام بیماری:	بوی بد پا	سن بیمار:	۳۰ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۶۹Cm	وزن بیمار:	۵۱ kg

سؤال ۹: با سلام و آرزوی توفیق روزافزون شما
درمان اورژانسی بوی بد پا و درمان این مشکل بـه صـورت کامل را از شما درخواست دارم. با تشکر فراوان

پاسخ ۹:

☑ بوی بد پا ناشی از تجمع فضولات و مواد زائد در بدن است.

☑ از غذاهای کنسروی و فست فود، سیر و پیاز پرهیز کنید.

☑ حرارت کبد را با عرق کاسنی و شاطره پایین بیاورید.

☑ بـا اسـتفاده از حجامـت و فـصد بـدن را پاکـسازی کنیـد و خوراکی‌های خوشبو مثل گلاب و دارچین بیشتر میل کنید.

نام بیماری:	زرد شدن دندان‌ها	سن بیمار:	۳۷ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	متأهل
قد بیمار:	۱۶۵Cm	وزن بیمار:	۵۹ kg

سؤال ۱۰: دندانهایمان زرد رنگ شده‌اند. علت چیست؟ آیا امکان سفید شدن رنگ دندانها میسر می‌باشد؟

پاسخ ۱۰:

- ☑ سبب تغییر رنگ دندان ماده بدی است که در دندان نفوذ کرده است و آن را به حسب خودرنگی کرده است یعنی اگر ماده صفراوی باشد دندان زرد و اگر سوداوی باشد سیاه و بادنجانی و رنگ گچی از بلغم غلیظ است.
- ☑ بنابراین اگر دندان زرد شده است بایستی بدن را با استفاده از منضجات و مسهلات صفرا مثل آلو و تمرهندی و هلیله زرد و سکنجبین پاکسازی کرد.
- ☑ سپس آب تاجریزی و سرکه را مخلوط کرده با آن مضمضه کنید. سپس آرد عدس و آرد جو و ختمی با سرکه مخلوط کرده روی دندان‌ها بگذارید و کمی نگه دارید.

نام بیماری:	بوی بد دهان	سن بیمار:	۲۴ سال
جنسیت بیمار:	مرد	وضعیت تأهل:	مجرد
قد بیمار:	۱۷۸Cm	وزن بیمار:	۶۴ kg

سؤال ۱۱: آقای دکتر سلام و خسته نباشید آقای دکتر مشکل من که در واقع اصلی‌ترین مشکلم هست بوی بد دهان هست که از دوران کودکی تاکنون ازش رنج میبرم، تو را خدا کمکم کنید. هر توصیه‌ای که شما بفرمایید حاضرم انجام دهم که این بوی بد دهان برای همیشه از وجودم ریشه کن بشه.

پاسخ ۱۱:

☑ بدبویی دهان ناشی از چند علت است:

۱ـ دندان خراب که باید اصلاح شود.

۲ـ عفونت لثه که معمولاً همراه با خونریزی لثه است. درمان این قسم شامل فصد و مضمضه سرکه در دهان و خوردن جوشانده هلیله است.

۳ـ افزایش حرارت معده که علامت آن این است که با غذا خوردن کمتر می شود و دندان هم ممکن است تیره شود درمان آن خوردن خیسانده زردآلو صبحها و خیار و آلو و سکنجبین است. که احتمالاً مشکل شما از همین قسم است.

۴ـ تجمع بلغم عفونی در معده که علامت آن این است که با خوردن و شستن دهان تغییری نمی کند مگر خیلی اندک. درمان آن مبتنی بر قی کردن است با خوردن جوشانده شوید

و تخم ترب و خوردن زنجبیل و گلقند عسلی و سکنجبین عسلی و ... . غذا باید غذاهای خشک کننده چون کباب باشد و از خوردن ماست و دوغ و ... پرهیز شود.

۵ـ ترشحات پشت حلق که از سر به محوطه دهان می‌ریزد. علامت آن، این است که اگر چیزهای شور و ترش مضمضه کنند، رطوبات لزج بدبو از لثه و سر جدا می شود اما بوی دهان موقتاً برطرف می‌شود و کاملاً رفع نمی‌شود. بایستی با مصرف حب «ایارج فتیرا» سر و مغز پاکسازی شود و جهت تقویت لثه سرکه شیره‌ای که در آن، مورد و گلنار جوشانده‌اید مضمضه نمایید.

پرسش های شما
پاسخ های
حکیم دکتر روانشاد

انواع چای ایرانی مورد تایید ائمه معصومین علیهم‌السلام و اندیشمندان بزرگ اسلامی

چند نکته

☑ ترجیحا این چای‌ها را با عسل، خرما یا توت میل کنید. اگر مبتلا به دیابت هستید با عسل میل کنید. برای کاستن درجه گرمی دم نوش‌ها خیلی گرم از چند قطره آبلیمو طبیعی استفاده کنید.

۱- چای گل گاو زبان و سنبل الطیب

طبیعت: گرم (۶+) و خشک(۱+)

خواص: خواب آور، آرام بخش اعصاب، پایین آورنده فشار خون، رفع خشونت نای و سینه، تنگی نفس، گلو درد، مقوی دماغ، معده و کبد سرد، افزایش ترشح ادرار، ضد سردردهای عصبی درد کلیه، قولنج، اسپاسم، تشنج، صرع، سودا، صفرا، وسواس و سنگ کلیه.

طرز تهیه: دو قاشق غذاخوری (یک مشت) گل گاو زبان + یک قاشق غذا خوری(یک مشت کوچک)سنبل الطیب + دو لیوان آب-جوش + نبات، نیم ساعت دم بکشد تا به رنگ قرمز آلبالویی درآید.

۲- چای زیرفون

طبیعت: گرم

خواص: آرام بخش، ضد ناراحتی‌های عصبی، تشنج، میگرن‌های مزمن، بی‌خوابی، سردرد، بیماری‌های ریوی، زکام، غلظت خون، استفراغ، رماتیسم، آرتروز، نقرس و سیاتیک.

مصرف زیاد موجب پایین آمدن فشار خون خواهد شد.

هشدار: برای خانم های باردار ممنوع است.

طرز تهیه: یک مشت زیرفون + دو لیوان آب سرد با شعله مستقیم ده دقیقه بجوشد، سپس با شعله غیر مستقیم به مدت طولانی دم بکشد تا خوب رنگ بیندازد.

۳- چای بادرنج بویه

طبیعت: گرم (۴+) خشک (۴+)

خواص: مقوی قلب واعصاب، خون‌ساز، تقویت کننده سلول‌های مغز، فوق‌العاده آرام‌بخش، محرک معده، خواب‌آور، نشاط‌آور، ضد صدای گوش، تشنج، اسپاسم، بیماری‌های کلیوی، بوی بد دهان و خواب‌های وحشتناک (چای مورد علاقه حضرت علی علیه السلام).

طرز تهیه: یک مشت کوچک بادرنج بویه + دو لیوان آب سرد روی شعله مستقیم قرار دهید تا به نقطه جوش برسد، سپس با شعله غیر مستقیم خوب دم بکشد.

۴- چای بادرنج بویه و زیرفون

طبیعت: گرم

خواص: تقویت قلب و اعصاب، خواب آور، نشاط آور، آرام بخش، خون ساز، ضد بوی بد دهان، خواب های وحشتناک، بیماری های کلیه، صدای گوش.

طرز تهیه: یک قاشق غذاخوری زیرفون + یک قاشق مرباخوری بادرنج بویه + دو لیوان آب جوش، با شعله مستقیم و ملایم حدود یک ساعت بجوشد، سپس با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۵- چای به لیمو و زیرفون

طبیعت: گرم

خواص: آرام بخش، کاهش دهنده فشار خون، تقویت حافظه و معده، خواب‌آور در شب، تب بر، شستشو دهنده کلیه، ضد سرماخوردگی، تشنج، نقرس، رماتیسم، سردرد و سرگیجه، ناراحتی‌های عصبی، میگرن، غلظت خون، آسم، اسهال، سینوزیت، صدای گوش و خستگی بدن.

طرز تهیه: یک مشت بزرگ زیرفون + یک مشت کوچک به لیمو + دو لیوان آب سرد با شعله مستقیم و ملایم، حدود یک ساعت بجوشد، سپس با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۶- چای دارچین

طبیعت: گرم (۶+)، خشک (۶+)

خواص: ادرارآور، مفرح، محرک اعصاب، تقویت معده، کبد، قوای جنسی، قلب وعروق، کاهش درد کمر و مفاصل، تسریع جریان خون، نیرو بخش، باز کننده انسداد مجاری، پاک کردن سینه و حنجره، بالا بردن فشار خون، ضد: اخلاط رطوبتی، پا درد های رطوبتی، سرفه های رطوبتی، دلهره، بوی بد دهان، دردهای استخوانی، دیابت و سردی بدن.

هشدار: برای زنان باردار مضر است.

طرز تهیه: چند عدد چوب دارچین + دو لیوان آب سرد با شعله مستقیم آرام جوش آورده، سپس با شعله غیر مستقیم دو الی سه ساعت دم بکشد تا به رنگ آلبالویی درآید.

۷- چای زنجبیل

طبیعت: گرم(۷+)خشک(۴+)

خواص: تقویت حافظه، قوای جنسی، جهاز هاضمه، معده، قوای رییسه بدن (قلب و کبد)؛ خونساز، تنظیم ادرار، خلط‌آور، ملین، درمان اسهال ساده و خونی، مانع بروز سرطان، کاهش چربی خون، بالا بردن فشار خون، مفید برای قطع حیض؛ ضد: ضعف اعصاب، رطوبت مزاج، بلغم، درد مفاصل، بیماری‌های مفصلی، کمر درد، مسمومیت غذایی، سرفه، تهوع و آشفتگی در مسافرت و انعقاد خون.

هشدار: زیاده روی در مصرف باعث افزایش فشار خون و ضعف نیروی جنسی است.

طرز تهیه: نصف قاشق چای خوری زنجبیل (بسته به ذائقه خود) در یک لیوان آب جوش ریخته و در ظرف را گذاشته تا حدود ده دقیقه بماند، سپس با کمی عسل مخلوط کرده، میل نمایید.

۸- چای زعفران

طبیعت: گرم(۴+)، خشک(۱+)

خواص: منضج و مصلح عفونت بلغمی، محرک نیروی جنسی و قوای مغزی، مفرح، نشاط آور، خنده‌آور، ادرارآور، خلط آور، آرام‌بخش، مقوی کبد و جهاز تنفسی، آشامیدن یک مثقال آن جهت تسریع در زایمان، تسکین آسم و سیاه سرفه، ضد: سرفه، حساسیت و کرم خوردگی دندان.

۹- چای نعناع

طبیعت: گرم(۶+)، خشک(۶+)

خواص: لطیف کننده خون، مفرح و مقوی قلب، مسکن ناراحتی‌های گوارشی، کمک به هضم غذا، مقوی اعصاب معده، بادشکن، اشتهاآور، دفع صفرا، پاکسازی و تقویت کبد و طحال، برای سرما خوردگی و بیماری‌های حلق و گلو (از پونه قوی تر است)؛ ضد: نفخ، سکسکه، تهوع، اسهال، دل پیچه، بواسیر، درد شکم و تب.

☑ **طرز تهیه:** یک قاشق غذاخوری + سه لیوان آب جوش با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۱۰- چای پونه

طبیعت: بوستانی: گرم(۵+)،خشک(۵+)

کوهی: گرم (۷+)، خشک(۷+)

خواص: آنتی بیوتیک قوی، بادشکن، رقیق کننده خون، ادرارآور، خلط آور، صفرابُر، انرژی زا، بسیار مفید برای درد سینه و آزاد کردن اخلاط؛ تقویت: معده، قلب، جهاز هاضمه؛ ضد: تب ادراری، سرفه، حساسیت، نفخ، نقرس، سکسکه، آشفتگی، دل به هم خوردگی، خستگی؛ مفید جهت به تاخیر انداختن عادات ماهیانه.

طرز تهیه: یک قاشق غذاخوری + دو لیوان آب جوش با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۱۱- چای چلتوک برنج

طبیعت:گرم

خواص: سرشار از ویتامین های ب، تقویت مغز واعصاب و قلب، ضد یبوست مزمن، جلو گیری از ریزش و سفید شدن مو.

طرز تهیه: یک قاشق غذا خوری + دو لیوان آب جوش با شعله مستقیم پنج دقیقه بجوشد، سپس با شعله غیر مستقیم یک ساعت دم بکشد.

هشدار: برای زنان باردار مضر می باشد.

۱۲- چای گلپر

طبیعت: گرم و خشک

خواص: تقویت کننده عالی حافظه، قوای جنسی، قلب و عروق؛ اشتهاآور، کمک به هضم غذا، شفابخش بیماری یرقان، پاکسازی کبد و دفع صفرا؛ تداوم آن برای سوزاندن چربی‌های بدن مفید است؛ ضد: صرع قوی، فراموشی، اسهال، تنبلی معده، جوش و دمل.

طرز تهیه: یک قاشق مرباخوری را در یک لیوان آب جوش ریخته، ظرفی را روی سر لیوان گذاشته، می گذارید ۱۵ دقیقه بماند تا به رنگ زرد درآید.

۱۳- چای کوهی

طبیعت: گرم

خواص: آرام‌بخش؛ ضد: حساسیت، ادرار آور، باز کننده گرفتگی‌های روده و کبد، تقویت سیستم ایمنی.

طرز تهیه: یک قاشق غذا خوری + دو لیوان آب جوش با شعله غیر مستقیم مدتی دم بکشد.

۱۴- چای میوه نسترن

طبیعت: معتدل و خشک

خواص: سرشار از ویتامین ث، مقوی معده، پایین آورنده فشار خون؛ ضد: قند خون، درد و ورم کلیه و اسهال.

طرز تهیه: ۱۵ عدد را در یک قوری + دو لیوان آب سرد، با شعله جوش آید، سپس شعله را کم کنید تا با همان شعله مستقیم یک ساعت باشد تا آب آن به تدریج بخار شود، سپس با شعله غیر مستقیم سه ساعت دم بکشد.

۱۵- چای بابونه

طبیعت: معتدل؛ دیم آن گرم(۴+) و خشک(۱+)

☑ **خواص:** آرام بخش اعصاب، مغز، معده و روده و تقویت آن‌ها، افزایش شیر مادر، اشتها آور، ادرار آور قوی؛ ضد: تب و لرز، انگل، یبوست، سردرد، سنگ مثانه، بلغم و صفرا.

☑ **طرز تهیه:** یک قاشق غذاخوری + دو لیوان آب جوش با شعله غیر مستقیم مدتی دم بکشد.

۱۶- چای به لیمو

طبیعت: گرم(۲+) و تر(۳+)

خواص: آرام بخش، خواب آور در شب، تقویت حافظه و معده، رفع درد شکم، خستگی، صدای گوش؛ ضد: میگرن، سردرد، سرگیجه، تپش قلب، نفخ، آسم، اسپاسم.

طرز تهیه: یک قاشق غذاخوری + دو لیوان آب جوش با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۱۷- چای آویشن

طبیعت: گرم (۶+) و خشک(۶+)

خواص: تقویت اعصاب بینایی، جهاز هاضمه، معده، کبد و کلیه، بالا برنده فشار خون، باز کننده انسداد، خشک کننده، تحلیل بادها و بلغم، لطیف کننده غذاهای غلیظ، اشتها آور، ادرار آور، جاری کننده حیض، تنقیه ریه، معده روده‌ها و کبد از رطوبت بلغم، رفع کولیت‌های مزمن، افزایش شیر مادر، پاک کننده سینه، باز کننده گرفتگی‌های روده؛ ضد: انگل، رطوبت بدن، صفرا، زکام، سرفه، آسم، تنگی نفس، غلظت خون و ضد عفونی کننده و میکروب کش(شش برابر آنتی بیوتیک).

طرز تهیه: یک قاشق غذا خوری + دو لیوان آب جوش با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۱۸- چای اکلیل کوهی

طبیعت: گرم و معتدل

خواص: گیاه معجزه گر قوی مقوی اعصاب، ادرادآور، پاک کننده ریه ها، بادشکن، تسکین درد کبد، برای تنگی نفس، مفید برای بیماری های عصبی وتشج، تقویت معده و بدن، ضد عفونت کلیه، صفرا، بلغم، دلهره، اضطراب، آسم، زکام، سیاه سرفه، دردهای رماتیسمی استخوان و کمر، سنگ کلیه ومثانه، کیسه صفرا، میگرن، بی خوابی، غلظت خون.

طرز تهیه: دو قاشق غذا خوری + دو لیوان آب جوش با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۱۹- چای گزنه

طبیعت: گرم و خشک

خواص: تحلیل ورم های سخت، چاق کننده بدن، باز کننده انسداد کبد و طحال و فم رحم، تنقیه کننده ریه و معده، افزایش نیروی جنسی، ضد قند خون، غلظت خون، چربی، صفرا، بلغم، سنگ کلیه، سرطان، امراض کلیوی و خون در ادرار، خونریزی‌ها، ریزش مو، خستگی، انگل و کرم روده.

طرز تهیه: یک قاشق غذا خوری + دو لیوان آب جوش با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۲۰- چای مرزنجوش

طبیعت: گرم (۶+) و خشک(۴+)

خواص: آرام بخش اعصاب، بهترین داروی میگرن کهنه ودرد شقیقه‌ها وسردرد، خلط آور، تب‌بر، اشتها آور، تقویت عمومی بدن، ضد نفخ و ورم معده، اسهال، اخلاط مضره و سرما خورد گی.

طرز تهیه: یک مشت کوچک + دو لیوان آب جوش در کتری ریخته با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۲۱- چای ریوند چینی

طبیعت: گرم و خشک به سمت تری

☑ **خواص:** ضد برودت معده و کبد، ضد سرفه مزمن، تنگی نفس، سل، زخم ریه، زخم روده، استسقاء، یرقان، مسهل اخلاط غلیظه و رقیقه، ادرار آور، ضد دردهای کلیه، مثانه و رحم.

☑ طرز تهیه: چند تکه از آن را + مقداری آب که آن را بپوشاند با شعله مستقیم آرام جوش آورده، سپس با شعله غیر مستقیم ۲ الی ۳ ساعت دم بکشد تا به رنگ آلبالویی در آید.

۲۲- چای استخودوس

طبیعت: گرم (۱+) و خشک (۱+)

خواص: آرام بخش اعصاب، تقویت کننده سلول های مغز، افزایش شیر مادر، تحلیل نفخ و گاز روده، فرح آور، باز کننده انسداد عروقی، مسهل بلغم و سودا؛ خصوصا سودای مغز، ضد میگرن، زکام، آسم، برونشیت، دل پیچه، رماتیسم، درد سینه، تنگی نفس، سرفه، اگزما، ضد عفونی کننده دستگاه مجاری ادراری، در اکثر بیمارری ها کاربرد دارد.

طرز تهیه: دو قاشق غذا خوری + دو لیوان آب جوش در کتری ریخته با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۲۳- چای فلوس

طبیعت: معتدل

خواص: مسهل صفرا، دافع اخلاط فاسد؛ ضد: افسردگی، صرع، میگرن، بواسیر، یبوست مزاج؛ تقویت: اعصاب، قلب، مجاری ادرار و دستگاه تنفسی.

طرز تهیه: یک قاشق غذا خوری + دو لیوان آب سرد با شعله مستقیم کمی بجوشد، سپس با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۲۴- چای زیره سیاه

طبیعت: گرم (۴+) و خشک(۴+)

خواص: لطیف کننده، قابض، برطرف کننده بادهای غلیظ، بالا برنده فشار خون، سوزاننده چربی اضافی، تصفیه خون، ادرارآور، افزایش شیر مادر، تحلیلی گاز معده و روده، درمان تنگی نفس، تحریک اشتها؛ تقویت: قلب وعروق معده.

طرز تهیه: یک قاشق مربا خوری + دو لیوان آب جوش با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۲۵- چای بهار نارنج

طبیعت: گرم (۴+) و خشک(۷+)

☑ **خواص:** آرام بخش، مفرح، نشاط آور، اشتها آور؛ تقویت: قلب، اعصاب، نیروی جنسی؛ رفع دل پیچه و گاز معده؛ تسکین درد سینه و سردرد های عصبی.

☑ **طرز تهیه:** یک قاشق غذا خوری + دو لیوان آب جوش با شعله غیر مستقیم دم بکشد.

۲۶- چای برگ درخت به

طبیعت: گرم ومعتدل

☑ **خواص:** قابض، نرم کننده سینه، مقوی قلب، مفرح و نشاط آور.

☑ **طرز تهیه:** ۱۰ تا ۱۵ عدد برگ را ۲۰ دقیقه خیسانده و بشویید و در یک لیتر آب در قوری ترجیحا مسی حرارت دهید و به محض این که به جوش آمد، فورا شعله را ملایم کنید تا

آب بدون حرکت شروع به بخار کند و گاهی برگ‌ها را برهم بزنید. زمانی که $\frac{1}{3}$ بخار شد چای آماده است. (می‌توانید از هل یا چوب دارچین برای معطر کردن استفاده کنید).

۲۷- چای افتیمون

طبیعت: گرم (۷+) و خشک(۴+)

خواص: تحلیل برنده ورم‌ها، لطیف کننده، باز کننده انسداد و مفرح قلب، جهت بیماری های مغز و اعصاب مانند سردرد، تشنج، افسردگی، کابوس و وسواس و بیماری‌های مفاصل مفید است. به تنهایی مسهل بلغم و سودا و با بنفشه مسهل صفرا می‌باشد.

از آنجایی که بسیار لطیف و ضعیف است جوشاندن و کوبیدن آن سبب از بین رفتن خاصیت آن می شود. برای آرامش و تقویت اعصاب دم کرده افتیمون بخورید. تاثیر آن روی سر خوب است. برای آلزایمر نیز مفید است.

هشدار: مصرف زیاد آن برای گرم مزاجان مضر است.

طرز تهیه: هنگام مصرف نباید آن را نرم کوبید و یا زیاد جوشاند، بلکه باید با شعله غیر مستقیم و خیلی آهسته و طولانی مدت دم کنید.